

Pelatihan Penggunaan Smartphone dan Aplikasi Komunikasi Digital untuk Peningkatan Kompetensi Lansia

Yudhistira Arie Wijaya^{1*}, Riri Narasati², Mifta Almaripat³, Mita Amelia⁴

¹Program Studi Sistem Informasi, STMIK IKMI Cirebon, Cirebon, Indonesia

^{2,3,4}Program Studi Teknik Informatika, STMIK IKMI Cirebon, Cirebon, Indonesia

Email: ^{1*}yudhistiraariewijaya.ikmi@gmail.com, ²ririnarasati.ikmi@gmail.com,

³miftaalmaripat.ikmi@gmail.com, ⁴mitaamelia.ikmi@gmail.com.

(* : coresponding author)

Abstrak– Kemajuan teknologi digital telah memberikan dampak signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk bagi kelompok lanjut usia (lansia). Namun, keterbatasan pengetahuan dan keterampilan digital menyebabkan banyak lansia belum mampu memanfaatkan teknologi secara optimal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi digital lansia melalui pelatihan penggunaan smartphone dan aplikasi komunikasi sehari-hari seperti WhatsApp dan Google Meet. Metode yang digunakan meliputi pendekatan partisipatif, pendampingan langsung, dan praktik penggunaan aplikasi digital secara berulang dalam suasana yang ramah dan menyenangkan. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Lansia Kelurahan Jatimakmur, Bekasi, dengan melibatkan 30 peserta lansia berusia 60– 75 tahun. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemampuan peserta menggunakan smartphone, mengakses aplikasi komunikasi, serta memahami etika berkomunikasi digital. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test, serta observasi langsung selama pelatihan. Mayoritas peserta menyatakan merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk terus belajar menggunakan teknologi. Faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini antara lain adalah pendekatan personal, kesabaran pendamping, serta penggunaan metode visual dan praktis. Sementara itu, tantangan yang dihadapi mencakup keterbatasan fisik peserta, seperti gangguan penglihatan dan pendengaran, serta keterbatasan memori. Kegiatan ini memberikan kontribusi nyata terhadap upaya pemberdayaan digital lansia, serta membuka peluang untuk pengembangan program serupa di wilayah lain. Diharapkan, pelatihan semacam ini dapat menjadi langkah awal menuju inklusi digital yang menyeluruh bagi seluruh lapisan masyarakat.

Kata Kunci: Lansia, Kompetensi Digital, Pelatihan, Smartphone, Komunikasi Digital

Abstract– Advances in digital technology have had a significant impact in various aspects of life, including for the elderly. However, limited digital knowledge and skills cause many elderly people to not be able to utilize technology optimally. This community service activity aims to improve the digital competence of the elderly through training on the use of smartphones and daily communication applications such as WhatsApp and Google Meet. The methods used include a participatory approach, direct assistance, and repeated practice of using digital applications in a friendly and fun atmosphere. The activity was carried out at Posyandu Lansia Kelurahan Jatimakmur, Bekasi, involving 30 elderly participants aged 60-75 years. The results of the activity showed a significant improvement in the participants' ability to use smartphones, access communication applications, and understand digital communication ethics. Evaluation was conducted through pre-test and post-test, as well as direct observation during the training. The majority of participants stated that they felt more confident and motivated to continue learning to use technology. Supporting factors for the success of this activity included the personal approach, the patience of the facilitators, and the use of visual and practical methods. Meanwhile, the challenges faced included participants' physical limitations, such as visual and hearing impairments, and memory limitations. This activity makes a real contribution to the digital empowerment efforts of the elderly, and opens up opportunities for the development of similar programs in other regions. Hopefully, this kind of training can be the first step towards comprehensive digital inclusion for all levels of society.

Keywords: Elderly, Digital Competency, Training, Smartphone, Digital Communication

1. PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Kondisi atau situasi awal yang menjadi latar belakang kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhubungan dengan fenomena berkembangnya teknologi digital yang pesat, sementara sebagian besar lansia masih kesulitan dalam mengakses dan memanfaatkan teknologi tersebut. Di era digital saat ini, penggunaan smartphone dan aplikasi komunikasi seperti WhatsApp, Facebook, dan lainnya menjadi sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, baik untuk tujuan

sosial, ekonomi, maupun kesehatan. Namun, banyak lansia yang merasa terasing atau kesulitan mengoperasikan teknologi ini, yang pada gilirannya menghambat mereka untuk tetap terhubung dengan keluarga, teman, dan mendapatkan informasi yang berguna.

Beberapa faktor yang mendorong perlunya kegiatan ini antara lain:

1. Keterbatasan Pengetahuan Teknologi pada Lansia: Banyak lansia yang belum familiar dengan penggunaan smartphone dan aplikasi digital karena kurangnya akses ke pelatihan atau informasi terkait teknologi. Hal ini menyebabkan mereka tertinggal dalam memanfaatkan potensi teknologi yang ada.
2. Isolasi Sosial: Lansia yang tidak terbiasa menggunakan teknologi sering kali merasa terisolasi, terutama di era pandemi yang mengharuskan banyak interaksi sosial dilakukan secara daring. Tanpa keterampilan digital, mereka kesulitan berkomunikasi dengan orang lain, mengakses layanan kesehatan, atau mendapatkan informasi yang relevan.
3. Peningkatan Penggunaan Teknologi: Data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa penetrasi internet di Indonesia meningkat pesat, termasuk di kalangan lansia. Namun, data juga menunjukkan bahwa kemampuan lansia dalam menggunakan internet dan aplikasi digital masih rendah dibandingkan kelompok usia lainnya.
4. Dukungan Pemerintah Terhadap Literasi Digital: Pemerintah Indonesia, melalui berbagai kebijakan, berusaha meningkatkan literasi digital di kalangan masyarakat, termasuk lansia. Namun, masih banyak lansia yang belum sepenuhnya mendapatkan manfaat dari kebijakan ini, karena kurangnya pelatihan yang sesuai dengan kebutuhan mereka.

Berdasarkan situasi di atas, pelatihan penggunaan smartphone dan aplikasi komunikasi sehari-hari bagi lansia menjadi sangat penting. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kompetensi digital lansia, mengurangi rasa keterasingan mereka, serta membuka peluang bagi mereka untuk lebih aktif dalam masyarakat, menjaga hubungan sosial, dan mengakses berbagai layanan yang berguna untuk kesejahteraan mereka.

1.2 Permasalahan Mitra

Permasalahan utama yang dihadapi oleh mitra, dalam hal ini para lansia, berkaitan dengan kesulitan dalam mengoperasikan teknologi digital, khususnya smartphone dan aplikasi komunikasi. Beberapa tantangan spesifik yang mereka alami adalah:

1. Kesulitan dalam Penggunaan Smartphone

Banyak lansia yang merasa canggung atau takut untuk menggunakan smartphone karena antarmuka yang kompleks dan fitur yang terus berkembang. Mereka sering kali merasa kebingungan dalam mengoperasikan perangkat, baik itu untuk sekadar mengirim pesan teks, membuat panggilan, atau mengakses aplikasi lain yang diperlukan untuk berkomunikasi dengan keluarga, teman, dan masyarakat. Ketidakmampuan dalam menggunakan perangkat ini menghalangi mereka untuk tetap terhubung dengan orang lain, yang dapat berdampak pada isolasi sosial.

2. Keterbatasan Pengetahuan tentang Aplikasi Komunikasi

Lansia sering kali kesulitan dalam memahami dan memanfaatkan aplikasi komunikasi yang digunakan sehari-hari, seperti WhatsApp, Zoom, atau media sosial lainnya. Mereka mungkin tidak tahu cara mengunduh aplikasi, membuat akun, atau bahkan menggunakan fitur-fitur dasar seperti mengirim pesan suara atau video. Akibatnya, mereka kehilangan kesempatan untuk berinteraksi dengan keluarga dan teman secara daring, yang dapat meningkatkan perasaan kesepian dan isolasi.

3. Keterbatasan Akses terhadap Pelatihan atau Pembelajaran Digital

Banyak lansia yang tidak memiliki akses atau kesempatan untuk mengikuti pelatihan literasi digital yang sesuai dengan usia dan kemampuan mereka. Pelatihan yang ada sering kali terlalu teknis atau tidak dirancang dengan mempertimbangkan kesulitan yang biasa dihadapi lansia dalam memahami teknologi. Tanpa dukungan yang tepat, mereka kesulitan untuk mengembangkan kemampuan dalam menggunakan perangkat dan aplikasi digital.

4. Tantangan Fisik dan Kognitif

Seiring bertambahnya usia, banyak lansia menghadapi tantangan fisik dan kognitif, seperti gangguan penglihatan, pendengaran, atau penurunan daya ingat. Tantangan ini mempersulit mereka untuk menggunakan teknologi dengan nyaman. Layar kecil pada smartphone, ukuran font yang kecil, dan kebutuhan untuk mengingat banyak detail aplikasi atau akun sering kali menjadi hambatan besar.

5. Kurangnya Dukungan Sosial dan Teknologi

Beberapa lansia juga merasa kurang mendapatkan dukungan dari keluarga atau komunitas sekitar mereka dalam menggunakan teknologi. Kurangnya pendampingan atau bimbingan yang sesuai dengan kebutuhan mereka membuat lansia merasa putus asa dan akhirnya enggan untuk mencoba menggunakan perangkat atau aplikasi digital. Ini memperburuk masalah sosial dan emosional mereka.

Dampak Permasalahan Ini terhadap Kesejahteraan dan Operasional Lansia:

Permasalahan-permasalahan tersebut berdampak signifikan terhadap kesejahteraan lansia, baik dari segi emosional maupun praktis. Dari sisi emosional, kesulitan dalam berkomunikasi dengan keluarga atau teman dapat menyebabkan rasa kesepian, depresi, atau kecemasan yang lebih tinggi. Dari sisi praktis, lansia yang tidak dapat mengakses layanan digital atau informasi kesehatan yang penting akan tertinggal, yang berpotensi memperburuk kondisi fisik dan mental mereka.

Secara keseluruhan, masalah ini mengurangi kualitas hidup lansia, membuat mereka lebih terisolasi, dan mempersulit mereka dalam mengakses peluang atau layanan yang dapat meningkatkan kesejahteraan mereka.

1.3 Tujuan Kegiatan

Tujuan utama dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kompetensi digital lansia, sehingga mereka dapat lebih mandiri dan aktif dalam menggunakan teknologi, khususnya smartphone dan aplikasi komunikasi sehari-hari. Melalui pelatihan yang diberikan, diharapkan lansia bisa memperoleh keterampilan yang akan mempermudah mereka dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, serta mendapatkan akses terhadap informasi yang relevan dan layanan yang dibutuhkan.

Tujuan Jangka Pendek:

1. Peningkatan Kemampuan Dasar Penggunaan Smartphone

Dalam jangka pendek, pelatihan bertujuan untuk memberikan pemahaman dasar tentang penggunaan smartphone kepada lansia. Mereka diharapkan dapat mengoperasikan perangkat dengan lebih percaya diri, seperti mengirim pesan, melakukan panggilan telepon, dan mengakses aplikasi komunikasi dasar seperti WhatsApp atau media sosial untuk tetap terhubung dengan orang lain.

2. Meningkatkan Keterampilan Penggunaan Aplikasi Komunikasi

Lansia akan diajarkan cara menggunakan aplikasi komunikasi sehari-hari, seperti WhatsApp, Zoom, dan aplikasi lainnya, untuk berinteraksi dengan keluarga, teman, dan masyarakat. Pelatihan ini akan membantu mereka mengatasi rasa cemas atau bingung dalam menggunakan aplikasi-aplikasi tersebut, yang sering kali menjadi hambatan bagi mereka.

3. Mengurangi Rasa Isolasi Sosial

Dengan memperkenalkan mereka pada teknologi komunikasi, pelatihan ini bertujuan untuk mengurangi perasaan kesepian dan terisolasi yang sering dialami oleh lansia. Interaksi sosial yang lebih lancar melalui teknologi akan memberi mereka kesempatan untuk tetap terhubung dengan dunia luar.

Tujuan Jangka Panjang:

1. Meningkatkan Literasi Digital Lansia

Dalam jangka panjang, tujuan utama adalah untuk membekali lansia dengan literasi digital yang lebih baik, sehingga mereka tidak hanya mampu menggunakan smartphone dan aplikasi komunikasi, tetapi juga dapat mengakses layanan digital yang bermanfaat seperti layanan kesehatan,

belanja online, dan informasi penting lainnya. Ini akan memberi mereka lebih banyak otonomi dan kemampuan untuk mengatasi tantangan sehari-hari secara mandiri.

2. Mendorong Kemandirian dan Pemberdayaan Lansia

Pelatihan ini bertujuan untuk memberdayakan lansia dengan keterampilan digital yang dapat meningkatkan kualitas hidup mereka. Dengan keterampilan ini, mereka diharapkan dapat lebih aktif dalam kegiatan sosial, ekonomi, dan bahkan menjaga kesehatan mereka melalui aplikasi yang memantau kondisi kesehatan atau mengakses konsultasi medis secara online.

3. Mengurangi Kesenjangan Digital antar Generasi

Dalam jangka panjang, kegiatan ini juga bertujuan untuk mengurangi kesenjangan digital yang ada antara generasi muda dan lansia. Dengan meningkatkan kemampuan digital lansia, diharapkan mereka dapat lebih mudah beradaptasi dengan perkembangan teknologi yang terus maju, sehingga tidak terjebak dalam keterasingan dari masyarakat yang semakin bergantung pada teknologi.

4. Meningkatkan Kesejahteraan Sosial dan Mental Lansia

Secara keseluruhan, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan lansia dengan membantu mereka mengakses berbagai sumber daya yang dapat meningkatkan kualitas hidup mereka, termasuk informasi sosial, kesehatan, serta kesempatan untuk terlibat dalam aktivitas sosial melalui teknologi. Hal ini dapat memperbaiki kesehatan mental lansia, yang sering kali terpengaruh oleh perasaan kesepian atau ketergantungan pada orang lain.

Dengan pencapaian tujuan-tujuan ini, diharapkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat memberikan dampak positif yang signifikan, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang, bagi lansia dalam meningkatkan kualitas hidup mereka di era digital ini.

1.4 Manfaat Kegiatan

Setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, manfaat yang akan diperoleh mitra (lansia) dan pihak terkait sangat beragam, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Kegiatan ini akan memberikan dampak positif yang signifikan pada aspek sosial, emosional, dan praktis bagi lansia serta mendukung pihak terkait yang terlibat dalam kegiatan ini.

Manfaat Bagi Mitra (Lansia):

1. Peningkatan Kemampuan Digital

Lansia akan memperoleh keterampilan baru dalam menggunakan smartphone dan aplikasi komunikasi yang sering digunakan sehari-hari, seperti WhatsApp, Facebook, dan aplikasi video call. Kemampuan ini akan membantu mereka lebih percaya diri dan mandiri dalam berkomunikasi dengan keluarga, teman, serta masyarakat luas.

2. Mengurangi Isolasi Sosial

Dengan peningkatan keterampilan digital, lansia akan dapat berinteraksi dengan orang-orang terdekat mereka secara lebih mudah. Ini akan mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan kualitas hubungan sosial mereka. Lansia yang lebih terhubung dengan keluarga dan teman akan merasa lebih dihargai dan terlibat dalam kehidupan sosial, yang berdampak positif pada kesejahteraan emosional mereka.

3. Akses Lebih Mudah ke Layanan dan Informasi

Lansia akan dapat mengakses informasi penting, seperti berita terkini, layanan kesehatan, dan peluang lain yang bermanfaat melalui smartphone. Selain itu, mereka juga bisa menggunakan aplikasi yang membantu mereka mengelola kesehatan, seperti aplikasi yang memantau tekanan darah atau konsultasi dengan dokter secara daring. Hal ini meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup mereka.

4. Peningkatan Kesejahteraan Mental dan Emosional

Pelatihan ini membantu mengurangi perasaan terisolasi atau cemas yang sering dialami lansia akibat ketidakmampuan mengakses teknologi. Interaksi yang lebih mudah dengan orang lain melalui

teknologi dapat meningkatkan perasaan dihargai dan terhubung, yang berperan penting dalam menjaga kesehatan mental lansia.

5. Pemberdayaan dan Kemandirian

Setelah pelatihan, lansia dapat merasa lebih diberdayakan dan mandiri dalam menggunakan teknologi. Mereka tidak lagi bergantung sepenuhnya pada keluarga atau orang lain untuk mengoperasikan perangkat atau mengakses informasi. Kemandirian ini akan meningkatkan rasa percaya diri mereka dalam menghadapi tantangan sehari-hari.

Manfaat Bagi Pihak Terkait:

1. Pemberdayaan Komunitas dan Keluarga

Keluarga lansia yang terlibat dalam kegiatan ini akan merasakan dampak positif karena bisa berkomunikasi lebih mudah dengan orang tua atau anggota keluarga lanjut usia mereka. Lansia yang lebih kompeten dalam menggunakan teknologi akan mengurangi beban keluarga dalam hal memberikan dukungan teknis, dan memungkinkan hubungan yang lebih lancar antara generasi muda dan lansia.

2. Meningkatkan Kualitas Program Pemerintah atau Lembaga Sosial

Bagi pihak yang terlibat dalam pengembangan dan pelaksanaan program literasi digital, seperti pemerintah daerah atau lembaga sosial, kegiatan ini dapat meningkatkan efektivitas program-program pemberdayaan digital bagi lansia. Pelaksanaan kegiatan ini dapat menjadi contoh sukses bagi upaya serupa yang lebih besar dalam meningkatkan literasi digital di kalangan lansia di berbagai wilayah.

3. Mendorong Kerja Sama Antar Stakeholder

Pelaksanaan kegiatan ini melibatkan banyak pihak, seperti pemerintah, lembaga sosial, serta komunitas lokal, yang bisa meningkatkan kerjasama antar stakeholder dalam program-program pemberdayaan lansia. Kegiatan ini dapat membuka peluang untuk kerjasama lebih lanjut dalam rangka memajukan kesejahteraan lansia, baik dalam aspek sosial maupun digital.

Dampak Positif Bagi Mitra:

1. Kesejahteraan Sosial yang Lebih Baik

Keterampilan digital yang dimiliki lansia akan membuka peluang mereka untuk berpartisipasi lebih aktif dalam kehidupan sosial dan ekonomi. Mereka bisa mengikuti grup atau forum daring yang relevan dengan minat mereka, berbagi pengalaman dengan sesama lansia, atau bahkan terlibat dalam kegiatan sukarela atau program komunitas.

2. Peningkatan Kualitas Hidup

Lansia yang memiliki akses ke teknologi dapat mengakses layanan kesehatan, hiburan, dan informasi lain yang bermanfaat dengan lebih mudah, yang akan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Misalnya, lansia yang dapat melakukan telemedicine atau mencari informasi kesehatan secara online akan merasa lebih aman dan terjaga kesehatannya.

3. Pengurangan Kesenjangan Digital Antar Generasi

Dengan mengikuti pelatihan ini, lansia akan memperoleh pemahaman lebih baik tentang teknologi yang digunakan oleh generasi muda. Hal ini membantu mereka merasa lebih terhubung dengan zaman sekarang, dan mengurangi perasaan terasing karena perbedaan teknologi antar generasi.

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif yang tidak hanya bermanfaat bagi mitra lansia, tetapi juga bagi pihak terkait yang terlibat dalam mendukung pemberdayaan dan kesejahteraan lansia melalui teknologi. Dampak ini mencakup peningkatan kualitas hidup sosial, emosional, dan praktis, serta kontribusi dalam mengurangi kesenjangan digital dan meningkatkan inklusivitas sosial lansia di masyarakat.

2. METODE PELAKSANAAN

2.1 Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pelatihan berbasis keterampilan praktis dengan pendekatan yang disesuaikan untuk memenuhi kebutuhan dan tantangan lansia dalam mengakses dan menggunakan teknologi. Metode yang digunakan melibatkan pendekatan partisipatif, di mana lansia terlibat aktif dalam setiap tahap pelatihan, serta pendampingan langsung untuk memastikan pemahaman yang maksimal. Berikut adalah tahapan dan proses implementasi kegiatan dari awal hingga akhir:

1. Persiapan dan Perencanaan Program

Tujuan: Menyusun rencana yang matang untuk memastikan keberhasilan pelatihan dan mengidentifikasi kebutuhan spesifik lansia yang akan dilibatkan.

Langkah-langkah:

- a) Identifikasi Mitra: Memilih kelompok lansia yang akan menjadi peserta pelatihan dan memahami kebutuhan mereka terkait penggunaan teknologi.
- b) Survei Kebutuhan: Melakukan survei awal untuk mengidentifikasi tingkat literasi digital peserta, perangkat yang mereka gunakan, serta aplikasi atau platform yang mereka butuhkan.
- c) Penentuan Materi Pelatihan: Menyusun materi pelatihan yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan lansia, mulai dari pengenalan perangkat dasar hingga penggunaan aplikasi komunikasi.
- d) Persiapan Fasilitator: Melatih fasilitator untuk memahami cara mengajar dengan pendekatan yang ramah lansia, sabar, dan komunikatif.

2. Sosialisasi Program dan Pembukaan Pelatihan

Tujuan: Menginformasikan peserta tentang tujuan program dan membuat mereka merasa nyaman dan antusias untuk mengikuti pelatihan.

Langkah-langkah:

- a) Sosialisasi kepada Lansia: Mengadakan pertemuan awal dengan peserta untuk menjelaskan tujuan pelatihan, manfaat yang akan mereka peroleh, serta mekanisme pelatihan.
- b) Penyusunan Jadwal: Menyusun jadwal pelatihan yang fleksibel dan mudah diikuti oleh peserta, dengan memperhatikan waktu dan kenyamanan mereka.
- c) Pengenalan Pelatihan: Memberikan pengantar singkat mengenai teknologi dan pentingnya keterampilan digital untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

3. Pelaksanaan Pelatihan (Tahapan Utama)

Tujuan: Memberikan pelatihan secara langsung dan mendalam, dengan materi yang mudah dipahami dan interaktif.

Langkah-langkah:

Pelatihan Penggunaan Smartphone:

- a) Pengenalan dasar-dasar smartphone: membuka dan menutup aplikasi, pengaturan dasar, penggunaan layar sentuh, dan pengenalan fitur-fitur penting seperti kamera dan galeri foto.
- b) Membantu peserta untuk mengenal tombol dan fungsi pada smartphone, seperti pengaturan volume, pengisian daya, dan pengelolaan penyimpanan.

Pelatihan Aplikasi Komunikasi:

- a) WhatsApp: Mengajarkan cara mengirim pesan teks, gambar, video, dan melakukan panggilan suara dan video. Fokus pada cara berkomunikasi dengan keluarga dan teman.
- b) Zoom/Google Meet: Mengajarkan cara melakukan panggilan video grup, bergabung dengan rapat daring, dan memahami pengaturan aplikasi untuk interaksi jarak jauh.
- c) Aplikasi lain yang berguna: Memperkenalkan aplikasi untuk membaca berita, belanja online, dan akses layanan kesehatan daring seperti konsultasi dokter.

Pendampingan Langsung:

- a) Fasilitator akan memberikan pendampingan langsung dan berbagi tips serta trik untuk memecahkan masalah teknis yang mungkin dihadapi peserta.
- b) Lansia akan diajak untuk berlatih langsung dalam penggunaan aplikasi dengan skenario kehidupan nyata, seperti menghubungi keluarga atau mengakses informasi yang mereka butuhkan.

Metode Interaktif dan Praktik:

- a) Sesi interaktif: Lansia akan diajak untuk langsung mencoba aplikasi dan berdiskusi dengan fasilitator mengenai tantangan atau kebingungannya.
- b) Simulasi dunia nyata: Fasilitator akan memberikan skenario praktis di mana lansia harus menggunakan aplikasi komunikasi untuk menyelesaikan tugas tertentu, seperti membuat panggilan video keluarga atau mengirim pesan gambar.

Umpan Balik dan Tanya Jawab:

Setelah setiap sesi, fasilitator akan membuka sesi tanya jawab untuk memastikan bahwa peserta memahami materi yang diajarkan dan merasa nyaman dengan teknologi yang dipelajari.

4. Pendampingan Berkelanjutan (Setelah Pelatihan)

Tujuan: Memastikan bahwa peserta terus mengembangkan keterampilan mereka setelah pelatihan dan memiliki akses ke dukungan berkelanjutan.

Langkah-langkah:

- a) Grup Dukungan: Membentuk grup atau forum online (misalnya, WhatsApp Group) di mana peserta dapat saling berdiskusi dan meminta bantuan jika mengalami kesulitan setelah pelatihan.
- b) Bantuan Lanjutan: Memberikan kesempatan bagi peserta untuk menghubungi fasilitator untuk konsultasi lebih lanjut jika mereka mengalami kesulitan teknis atau memiliki pertanyaan tentang penggunaan aplikasi.
- c) Sumber Daya Tambahan: Membagikan materi tutorial dan panduan penggunaan aplikasi melalui video atau dokumen yang mudah dipahami, yang bisa diakses oleh peserta kapan saja.

5. Evaluasi dan Refleksi Program

Tujuan: Menilai keberhasilan program dan mengidentifikasi area untuk perbaikan dalam program selanjutnya.

Langkah-langkah:

- a) Survei Evaluasi: Menggunakan survei untuk mengukur perubahan dalam keterampilan digital lansia sebelum dan sesudah pelatihan, serta mengetahui tingkat kepuasan peserta terhadap program ini.
- b) Refleksi Fasilitator: Fasilitator akan merefleksikan proses pelatihan dan mengidentifikasi tantangan yang dihadapi serta keberhasilan yang tercapai.
- c) Laporan Hasil Program: Menyusun laporan evaluasi yang mencakup analisis hasil pelatihan, feedback dari peserta, dan rekomendasi untuk pelaksanaan kegiatan serupa di masa depan.

6. Penyusunan Laporan dan Dokumentasi Program

Tujuan: Menyusun laporan yang mendokumentasikan seluruh proses kegiatan dan hasil yang dicapai sebagai referensi untuk pengembangan program selanjutnya.

Langkah-langkah:

- a) Dokumentasi Pelatihan: Mendokumentasikan seluruh tahapan pelatihan, materi yang diberikan, dan hasil evaluasi yang didapatkan.
- b) Laporan Final: Menyusun laporan lengkap mengenai pencapaian program, dampak terhadap peserta, dan rekomendasi bagi pengembangan lebih lanjut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 HASIL

Hasil dari pelaksanaan program Peningkatan Kompetensi Digital Lansia Melalui Pelatihan Penggunaan Smartphone dan Aplikasi Komunikasi Sehari-hari:

3.1 Hasil Pelaksanaan Program

Pelaksanaan program Peningkatan Kompetensi Digital Lansia Melalui Pelatihan Penggunaan Smartphone dan Aplikasi Komunikasi Sehari-hari telah mencapai sejumlah hasil yang signifikan, baik dari segi pencapaian tujuan program maupun dampak yang dirasakan oleh mitra (lansia). Berikut adalah hasil-hasil utama yang telah dicapai selama pelaksanaan program:

1. Peningkatan Kemampuan Digital Lansia
 - a) Hasil yang Dicapai: Sebagian besar peserta pelatihan menunjukkan peningkatan kemampuan yang signifikan dalam menggunakan smartphone dan aplikasi komunikasi sehari-hari. Lansia yang sebelumnya merasa kesulitan dalam mengoperasikan smartphone, kini dapat menggunakan perangkat untuk mengirim pesan teks, melakukan panggilan video, dan mengakses berbagai aplikasi komunikasi seperti WhatsApp dan Zoom.
 - b) Indikator Keberhasilan: Pada akhir program, lebih dari 80% peserta dapat dengan percaya diri menggunakan aplikasi komunikasi dan perangkat digital lainnya untuk berinteraksi dengan keluarga dan teman.
2. Peningkatan Akses Lansia Terhadap Teknologi
 - a) Hasil yang Dicapai: Lansia sekarang dapat mengakses berbagai layanan digital, seperti aplikasi kesehatan untuk konsultasi online, aplikasi belanja, dan media sosial. Mereka merasa lebih mandiri dalam mengatur kehidupan sehari-hari dengan memanfaatkan teknologi.
 - b) Indikator Keberhasilan: Beberapa peserta melaporkan telah mulai menggunakan aplikasi telemedicine untuk berkonsultasi dengan dokter, serta mengakses layanan belanja online untuk kebutuhan rumah tangga mereka.
3. Pengurangan Isolasi Sosial Lansia
 - a) Hasil yang Dicapai: Program ini telah berkontribusi dalam mengurangi perasaan kesepian dan terisolasi yang sering dialami lansia. Dengan kemampuan baru mereka dalam menggunakan aplikasi komunikasi, lansia lebih sering berinteraksi dengan keluarga dan teman melalui panggilan suara dan video.
 - b) Indikator Keberhasilan: Banyak peserta melaporkan bahwa mereka kini rutin berkomunikasi dengan anak-anak atau cucu mereka yang berada di luar kota atau luar negeri, yang sebelumnya sulit dilakukan karena keterbatasan teknologi.
4. Peningkatan Kemandirian Lansia dalam Menggunakan Teknologi
 - a) Hasil yang Dicapai: Lansia yang mengikuti pelatihan kini lebih mandiri dalam menggunakan smartphone dan aplikasi yang terkait. Mereka tidak lagi bergantung sepenuhnya pada anak atau anggota keluarga untuk melakukan aktivitas dasar seperti mengirim pesan atau bergabung dalam panggilan video.
 - b) Indikator Keberhasilan: Lansia melaporkan lebih jarang meminta bantuan dari keluarga untuk mengoperasikan smartphone. Mereka juga merasa lebih percaya diri dalam mengatasi masalah teknis yang mereka hadapi.
5. Peningkatan Keterampilan Komunikasi dan Sosialisasi
 - a) Hasil yang Dicapai: Selain mengurangi isolasi sosial, pelatihan juga memberikan keterampilan bagi lansia untuk lebih aktif dalam kegiatan sosial melalui teknologi. Lansia tidak hanya menghubungi keluarga tetapi juga berpartisipasi dalam grup online atau komunitas yang relevan dengan minat mereka, seperti grup hobi atau kelompok diskusi.
 - b) Indikator Keberhasilan: Peserta yang sebelumnya tidak terlibat dalam grup online kini telah bergabung dalam berbagai forum atau grup media sosial yang memungkinkan mereka untuk bertukar informasi dan berbagi pengalaman.

6. Dampak Positif Terhadap Kesehatan Mental Lansia
 - a) Hasil yang Dicapai: Salah satu dampak signifikan dari pelatihan adalah peningkatan kesejahteraan mental lansia. Lansia merasa lebih terhubung dengan dunia luar dan lebih dihargai setelah mampu berkomunikasi secara mandiri dengan orang-orang terdekat mereka.
 - b) Indikator Keberhasilan: Banyak peserta melaporkan peningkatan rasa percaya diri, berkurangnya perasaan kesepian, dan lebih positif dalam melihat masa depan setelah mendapatkan keterampilan digital yang mereka perlukan.
7. Produk dan Materi Pendukung yang Dihasilkan
 - a) Hasil yang Dicapai: Selama program, telah dihasilkan berbagai produk pembelajaran, termasuk modul pelatihan, video tutorial, dan panduan penggunaan smartphone yang bisa diakses peserta setelah pelatihan. Ini memberikan peserta sumber daya untuk melanjutkan pembelajaran mereka secara mandiri setelah program berakhir.
 - b) Indikator Keberhasilan: Materi pelatihan telah didistribusikan kepada peserta, dan sebagian besar peserta melaporkan bahwa mereka merujuk kembali ke materi tersebut untuk memperdalam pemahaman mereka tentang penggunaan aplikasi.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Tujuan untuk meningkatkan kompetensi digital lansia, mengurangi isolasi sosial, dan membantu lansia menjadi lebih mandiri dalam menggunakan teknologi telah tercapai dengan baik. Banyak peserta menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan mereka menggunakan teknologi dan lebih percaya diri dalam berkomunikasi dengan orang lain melalui platform digital.

Dampak yang Terlihat pada Mitra (Lansia)

Dampak positif yang terlihat pada mitra (lansia) antara lain:

1. Kemandirian yang Meningkat: Lansia sekarang lebih mandiri dalam menggunakan perangkat digital untuk berbagai keperluan, mengurangi ketergantungan mereka pada orang lain untuk mengakses teknologi.
2. Pengurangan Isolasi Sosial: Lansia lebih sering berinteraksi dengan keluarga, teman, dan komunitas melalui aplikasi komunikasi, yang berkontribusi pada pengurangan perasaan kesepian dan peningkatan kualitas hidup mereka.
3. Peningkatan Kesehatan Mental: Lansia melaporkan peningkatan kesejahteraan mental, karena mereka merasa lebih terhubung dengan dunia luar dan lebih diberdayakan untuk menghadapi tantangan teknologi.
4. Peningkatan Partisipasi Sosial: Lansia kini lebih aktif dalam mengikuti kegiatan sosial atau diskusi online, yang sebelumnya tidak mereka lakukan karena keterbatasan akses terhadap teknologi.

Dengan demikian, program ini tidak hanya mencapai tujuan jangka pendek seperti peningkatan keterampilan digital, tetapi juga memberikan dampak jangka panjang yang positif terhadap kehidupan sosial, kemandirian, dan kesejahteraan mental lansia.

3.2 PEMBAHASAN

Luaran konkret yang telah dihasilkan dari kegiatan Peningkatan Kompetensi Digital Lansia Melalui Pelatihan Penggunaan Smartphone dan Aplikasi Komunikasi Sehari-hari meliputi berbagai produk dan peningkatan keterampilan yang tidak hanya memberikan manfaat langsung bagi peserta, tetapi juga dapat digunakan secara berkelanjutan untuk mendukung pengembangan kompetensi digital lansia di masa depan. Berikut adalah beberapa luaran konkret yang dihasilkan dari pelaksanaan kegiatan ini:

1. Modul Pelatihan Digital untuk Lansia

Deskripsi: Sebagai bagian dari program ini, modul pelatihan yang sederhana, jelas, dan mudah dipahami telah disusun untuk membantu lansia belajar secara mandiri tentang penggunaan smartphone dan aplikasi komunikasi. Modul ini mencakup berbagai topik seperti:

- a) Pengenalan smartphone dan cara penggunaannya (mematikan dan menyalakan perangkat, mengelola aplikasi dasar).

- b) Panduan penggunaan aplikasi komunikasi utama seperti WhatsApp, Zoom, dan Google Meet.
- c) Penggunaan fitur-fitur penting lainnya seperti panggilan suara, video call, dan pengiriman gambar atau dokumen.

Manfaat: Modul ini menjadi referensi yang berguna bagi peserta untuk mengulang materi yang telah dipelajari dan meningkatkan keterampilan mereka secara mandiri setelah pelatihan selesai.

2. Video Tutorial dan Panduan Visual

Deskripsi: Untuk memudahkan peserta memahami konsep yang diajarkan, dibuatlah video tutorial yang menunjukkan langkah demi langkah cara menggunakan smartphone dan aplikasi komunikasi. Setiap video dilengkapi dengan visualisasi yang jelas dan penjelasan yang mudah diikuti.

- a) Video tutorial berfokus pada fungsi dasar smartphone dan cara-cara praktis menggunakan aplikasi sehari-hari.
- b) Tutorial ini juga mencakup pemecahan masalah umum, seperti mengatasi masalah koneksi atau pengaturan aplikasi.

Manfaat: Video tutorial ini memungkinkan lansia untuk mengakses pembelajaran secara on-demand dan berlatih kapan saja mereka membutuhkan bantuan lebih lanjut.

3. Panduan Penggunaan Aplikasi untuk Lansia

Deskripsi: Disusun panduan khusus yang lebih fokus pada aplikasi-aplikasi yang paling relevan bagi lansia, seperti:

- a) WhatsApp: Panduan lengkap untuk mengirim pesan, foto, video, serta melakukan panggilan suara dan video.
- b) Zoom/Google Meet: Panduan praktis untuk mengikuti pertemuan virtual dan melakukan panggilan video dengan keluarga, teman, atau kelompok komunitas.
- c) Aplikasi Kesehatan: Panduan untuk mengakses aplikasi yang memungkinkan lansia melakukan konsultasi kesehatan online atau memantau kondisi kesehatan mereka.

Manfaat: Panduan ini memberikan akses langsung kepada lansia untuk memahami fungsi aplikasi yang penting bagi kehidupan mereka dan memanfaatkan teknologi dengan lebih optimal.

4. Peningkatan Keterampilan Digital Lansia

Deskripsi: Salah satu luaran utama dari kegiatan ini adalah peningkatan keterampilan digital para peserta pelatihan. Lansia yang terlibat dalam program ini kini dapat:

- a) Menggunakan smartphone dengan percaya diri untuk komunikasi melalui teks, gambar, dan video.
- b) Memahami dasar penggunaan aplikasi komunikasi untuk menghubungi keluarga, teman, atau bahkan bergabung dalam pertemuan daring (seperti konsultasi medis atau acara keluarga).
- c) Mengakses layanan dan informasi yang sebelumnya sulit dijangkau karena keterbatasan teknologi.

Manfaat: Peningkatan keterampilan ini memungkinkan lansia untuk lebih mandiri dalam mengoperasikan teknologi, mengurangi ketergantungan pada orang lain, dan meningkatkan kualitas interaksi sosial mereka.

5. Kelompok Dukungan dan Forum Online untuk Lansia

Deskripsi: Sebagai kelanjutan dari pelatihan, dibentuklah grup dukungan online di platform seperti WhatsApp atau Facebook untuk peserta. Di dalam grup ini, lansia dapat saling berbagi pengalaman, memberikan solusi terhadap masalah yang dihadapi dalam penggunaan teknologi, dan tetap terhubung setelah pelatihan selesai.

Manfaat: Forum ini memberikan ruang bagi lansia untuk terus belajar dan saling mendukung, mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan keterlibatan sosial mereka dalam komunitas online.

6. Evaluasi dan Rekomendasi untuk Program Selanjutnya

Deskripsi: Sebagai bagian dari evaluasi program, dihasilkan laporan evaluasi yang mencakup hasil-hasil pelatihan, umpan balik peserta, dan rekomendasi untuk pengembangan lebih lanjut. Laporan ini dapat digunakan untuk peningkatan program di masa depan dan menjadi referensi bagi pihak-pihak yang ingin mengimplementasikan kegiatan serupa.

Manfaat: Laporan ini memberikan gambaran yang jelas mengenai keberhasilan program serta area yang masih perlu diperbaiki, yang dapat membantu merancang kegiatan serupa yang lebih efektif di masa depan.

7. Pengembangan Metode Pembelajaran Khusus untuk Lansia

Deskripsi: Dalam rangka mendukung keberhasilan pelatihan, telah dikembangkan metode pembelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik lansia. Metode ini melibatkan pendampingan langsung, sesi praktik langsung, dan penggunaan bahasa yang mudah dipahami serta pembelajaran bertahap.

Manfaat: Metode ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman dan penyerapan materi oleh lansia, serta memastikan pelatihan yang bersifat inklusif dan mudah diakses oleh semua peserta, terlepas dari latar belakang teknologi mereka.

8. Laporan Dokumentasi Program

Deskripsi: Sebuah laporan dokumentasi yang merangkum seluruh proses pelatihan, hasil yang dicapai, serta analisis dampak dari kegiatan ini juga telah disusun. Laporan ini mencakup analisis mengenai sejauh mana tujuan program tercapai dan manfaat yang dirasakan oleh peserta.

Foto Kegiatan



Gambar 1. Foto Kegiatan

4. KESIMPULAN

Kegiatan Peningkatan Kompetensi Digital Lansia Melalui Pelatihan Penggunaan Smartphone dan Aplikasi Komunikasi Sehari-hari berhasil mencapai tujuan utama yang telah ditetapkan, yaitu meningkatkan keterampilan digital lansia dalam menggunakan teknologi untuk komunikasi sehari-hari. Selama pelaksanaan program, peserta lansia telah menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan mereka menggunakan smartphone dan aplikasi komunikasi seperti WhatsApp, Zoom, dan aplikasi lainnya.

Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya membantu lansia untuk lebih terhubung dengan dunia luar melalui komunikasi digital, tetapi juga memberi mereka kemandirian dalam menggunakan teknologi, mengurangi isolasi sosial, dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka. Pelatihan ini memberikan dampak positif yang berkelanjutan bagi kehidupan lansia, serta memperkuat keterlibatan sosial mereka dengan keluarga, teman, dan komunitas.

Pelajaran yang Dapat Diambil dari Program Ini:

1. Pentingnya Pendekatan yang Disesuaikan untuk Lansia: Lansia memiliki kebutuhan dan tantangan yang berbeda dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Oleh karena itu, penting untuk menggunakan pendekatan pelatihan yang sabar, bertahap, dan mudah dipahami. Penggunaan bahasa yang sederhana dan pelatihan yang berbasis praktik langsung sangat membantu meningkatkan pemahaman mereka.
2. Keberhasilan Pendampingan Langsung: Pendampingan langsung selama pelatihan sangat efektif dalam memastikan bahwa peserta merasa nyaman, dapat mengatasi hambatan teknis, dan terus mengembangkan keterampilan mereka secara mandiri. Keberadaan fasilitator yang siap membantu secara langsung memberikan rasa aman dan mempercepat proses pembelajaran.
3. Peran Teknologi dalam Menurunkan Isolasi Sosial: Teknologi memiliki potensi besar dalam mengurangi perasaan kesepian dan isolasi yang sering dialami lansia. Melalui kemampuan untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman melalui aplikasi seperti WhatsApp dan Zoom, lansia merasa lebih terhubung dan dihargai.
4. Sumber Daya yang Berkelanjutan: Materi pelatihan seperti modul, video tutorial, dan panduan penggunaan aplikasi dapat digunakan oleh peserta untuk melanjutkan pembelajaran mereka secara mandiri. Ini menunjukkan bahwa program ini memberikan sumber daya yang dapat diakses jangka panjang, mendukung keberlanjutan keterampilan digital lansia.

Saran atau Rekomendasi untuk Keberlanjutan Program:

1. Penyuluhan dan Pelatihan Rutin: Untuk menjaga keberlanjutan keterampilan digital lansia, perlu dilakukan pelatihan lanjutan yang berfokus pada aplikasi dan teknologi baru yang terus berkembang. Program ini bisa diperpanjang dengan penyuluhan dan pelatihan rutin yang berkelanjutan, serta mengadakan sesi penyegaran setiap beberapa bulan untuk menjaga agar keterampilan lansia tetap terupdate.
2. Membangun Komunitas Dukungan: Membentuk komunitas online atau grup dukungan di mana lansia dapat saling berbagi pengalaman, bertanya, dan memberikan bantuan kepada sesama peserta pelatihan akan memperkuat hubungan sosial dan memperpanjang manfaat yang dirasakan dari pelatihan. Program ini juga dapat menggali potensi mentor lansia yang lebih berpengalaman untuk membantu lansia lainnya.
3. Kolaborasi dengan Lembaga atau Organisasi Lokal: Program ini bisa lebih efektif dengan berkolaborasi dengan organisasi atau lembaga lokal yang memiliki akses langsung ke komunitas lansia, seperti panti jompo, organisasi kesehatan, atau lembaga pemerintah setempat. Kolaborasi ini akan memperluas jangkauan dan dampak program kepada lebih banyak lansia yang membutuhkan.
4. Peningkatan Akses kepada Perangkat dan Jaringan Internet: Salah satu tantangan utama yang dihadapi lansia dalam mengakses teknologi adalah keterbatasan perangkat dan akses internet. Oleh karena itu, perlu ada upaya untuk bekerja sama dengan penyedia layanan atau lembaga sosial untuk memastikan akses yang lebih baik terhadap perangkat yang terjangkau dan koneksi internet yang stabil bagi lansia yang tinggal di daerah terpencil atau kurang mampu.
5. Pemanfaatan Teknologi Lebih Lanjut: Untuk memastikan bahwa lansia tetap dapat memanfaatkan teknologi dalam kehidupan sehari-hari, program ini dapat mencakup penggunaan aplikasi lain yang bermanfaat seperti aplikasi kesehatan, belanja online, atau layanan administrasi pemerintah online. Selain itu, penambahan modul tentang keamanan digital untuk menghindari penipuan atau masalah privasi dapat memberikan perlindungan lebih bagi lansia.

Evaluasi Berkelanjutan dan Penyesuaian Program: Program ini dapat diperbaiki lebih lanjut dengan melakukan evaluasi berkelanjutan terhadap dampak yang dirasakan oleh peserta dan kebutuhan mereka yang terus berkembang. Berdasarkan hasil evaluasi ini, modul pelatihan bisa diperbarui dan disesuaikan dengan perkembangan teknologi serta kebutuhan spesifik lansia.

REFERENCES

- Badan Pusat Statistik. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta: BPS.
- Fauzi, A., & Nursalam, N. (2019). Penggunaan teknologi informasi oleh lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 123–130.
- Fitriani, D. (2020). Literasi digital untuk masyarakat usia lanjut. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Digital*, 2(1), 45–52.
- Handayani, S., & Yulianto, T. (2021). Inklusi digital bagi lansia: Studi literatur. *Jurnal Teknologi dan Masyarakat*, 10(3), 77–84.
- Kementerian Komunikasi dan Informatika. (2020). *Strategi Transformasi Digital Nasional*. Jakarta: Kominfo.
- Marlina, L. (2018). Efektivitas pelatihan penggunaan smartphone pada lansia. *Jurnal Pendidikan Nonformal*, 5(2), 110–118.
- Nugroho, B. A., & Wibowo, A. (2020). Pendampingan teknologi informasi bagi masyarakat desa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 215–222.
- Santosa, H. (2022). Pelatihan teknologi berbasis komunitas untuk lansia. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas*, 3(2), 98–104.
- Sari, M. E., & Putri, R. A. (2019). Tantangan lansia dalam penggunaan teknologi. *Jurnal Sosial dan Teknologi*, 7(1), 65–72.
- Wulandari, T. (2021). Digitalisasi dan pemberdayaan lansia di era 4.0. *Jurnal Inovasi Sosial*, 6(2), 130–138.