

PENGUATAN DUKUNGAN SOSIAL INTERGENERASI MELALUI PROGRAM VOLUNTEER MAHASISWA DI PANTI WHERDA BUMI PERTIWI BANDUNG UNTUK MENCAPAI SDG 10 (*REDUCED INEQUALITIES*)

Septianis Afipah¹, Diyah Pitaloka Rizki² dan Rostika Yuliani³

^{1,2}Universitas Al Ghifari Bandung

³Universitas Padjadjaran Bandung

Email: septianisafipah1990@gmail.com

ABSTRAK. Kehidupan di Panti Wredha sering kali diwarnai oleh keterbatasan dalam hal interaksi sosial dan jarak generasi dengan kelompok muda, yang membuat para lansia rentan terhadap perasaan kesepian dan keterasingan. Untuk mengatasi masalah ini, Program Studi Hubungan Internasional Universitas Al-Ghifari mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat di Panti Wredha Budi Pertiwi Bandung. Kegiatan ini bertujuan untuk memperkuat dukungan sosial antar generasi dengan melibatkan mahasiswa sebagai relawan dalam berbagai aktivitas bersama lansia, sejalan dengan pencapaian SDG 10 (*Reduced Inequalities*). Metode yang digunakan meliputi pendidikan masyarakat melalui penyuluhan ringan dan aktivitas partisipatif. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa lansia merasa lebih dihargai, bersemangat, dan aktif terlibat dalam suasana kebersamaan. Mahasiswa juga mendapatkan pengalaman berharga yang menumbuhkan empati, solidaritas, dan pemahaman tentang pentingnya dukungan sosial lintas generasi. Diskusi menekankan bahwa meskipun program volunteer intergenerasi ini bersifat singkat, ia mampu memberikan dampak positif bagi peningkatan kualitas interaksi sosial. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini efektif sebagai sarana untuk memperkuat hubungan sosial antara mahasiswa dan lansia, serta memiliki potensi untuk direplikasi dalam program serupa di masa depan.

Kata Kunci: Dukungan Sosial; Intergenerasi; Volunteer Mahasiswa; Panti Wredha Budi Pertiwi; SDG 10 (*Reduced Inequalities*)

ABSTRACT. Nursing homes' older occupants often experience a lack of interaction and a disconnect from younger people, which reinforces their feelings of loneliness and social isolation. The International Relations Study Program of Universitas Al Ghifari addressed this issue by organizing a community service activity at Panti Wredha Budi Pertiwi. The purpose of this activity was to strengthen intergenerational social support by students volunteering to partake in various activities with the elderly, in line with SDG 10 (*Reduced Inequalities*). The approach was community education in the form of light counselling and participatory activities. The elderly participants felt more enthusiastic and active in the social atmosphere while students gained useful experience, understanding the need for intergenerational social support. The program was able to create positive change and improve social engagement, although the discussion suggested the activities were relatively brief. Strengthening social ties was achieved with this day's activities.

Keywords: Social Support; Intergenerational; Student Volunteers; Panti Wredha Budi Pertiwi; SDG 10 (*Reduced Inequalities*)

PENDAHULUAN

Di Indonesia, populasi lansia terus tumbuh dengan cepat, dan ini menciptakan tantangan besar dalam memenuhi kebutuhan mereka, baik yang bersifat fisik maupun psikososial. Sebuah studi berjudul *Assessment of the Elderly Loneliness* pada tahun 2025 menunjukkan bahwa sekitar 50% lansia mengalami kesepian yang cukup signifikan, yang disebabkan oleh berkurangnya dukungan emosional dari keluarga dan lingkungan sosial (Nurjanah & Intening, 2025). Pandemi COVID-19 semakin memperburuk keadaan ini, dengan pembatasan sosial yang mengurangi interaksi langsung antara lansia dan masyarakat, terutama di panti jompo atau panti wredha (Widiana dkk., 2023).

Di banyak panti wredha saat ini, meskipun kebutuhan dasar seperti makanan, tempat tinggal, dan kesehatan fisik sudah terpenuhi, akan tetapi interaksi sosial, dukungan emosional, dan rasa dihargai masih

sangat kurang. Hal ini sering kali membuat lansia merasa terasing dan kurang memiliki hubungan yang berarti dengan generasi muda (Widiana dkk., 2023). Selain itu, lansia yang tinggal sendiri atau jauh dari keluarga juga menghadapi tantangan tambahan dalam hal kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi.

Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah, organisasi non-pemerintah, dan institusi sosial, termasuk penyediaan layanan kesehatan mental, kegiatan rekreasi, dan pembentukan jaringan sosial. Namun, banyak dari program-program ini bersifat sporadis atau hanya berfokus pada lansia tanpa melibatkan generasi muda secara aktif dalam interaksi dan dukungan sosial antar generasi. Pendekatan intergenerasional, seperti melibatkan mahasiswa sebagai relawan atau fasilitator dalam interaksi dengan lansia, jarang diterapkan secara sistematis. Padahal, banyak penelitian menunjukkan bahwa kegiatan intergenerasi dapat meningkatkan kesejahteraan

emosional lansia dan mengurangi kesenjangan sosial antara generasi (Widagdo dkk., 2024).

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) di Panti Wredha Budi Pertiwi dirancang untuk memperkuat dukungan sosial lintas generasi melalui program sukarelawan mahasiswa. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan interaksi positif antara mahasiswa dan lansia, memperkuat rasa dihargai serta keterlibatan sosial bagi lansia, dan menumbuhkan empati serta kepedulian di kalangan generasi muda. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi pada pencapaian SDG 10 (*Reduced Inequalities*) dengan mengurangi ketidakesetaraan sosial yang dialami oleh kelompok lansia.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini direncanakan berlangsung di Panti Wredha Budi Pertiwi, Kota Bandung, pada 17 Januari 2025. Dalam acara ini, terdapat 7 dosen pendamping dan 35 mahasiswa *volunteer* dari Program Studi Hubungan Internasional yang terlibat. Kami akan menggunakan metode pendidikan masyarakat melalui penyuluhan ringan dan aktivitas intergeneratif partisipatif. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memperkuat dukungan sosial bagi lansia dan menumbuhkan kesadaran generasi muda terhadap isu ketidakesetaraan sosial.

Metode intergeneratif yang dipilih ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan betapa pentingnya dukungan sosial dan keterlibatan sosial bagi kesejahteraan lansia (Khuzaimah dkk., 2023). Penelitian ini mengemukakan bahwa dukungan sosial sangat berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, terutama ketika dikombinasikan dengan elemen spiritual. Selain itu dukungan sosial dan keterlibatan sosial berperan sebagai penyangga terhadap penurunan fungsi kognitif di usia lanjut (Mahadevan & Fan, 2025).

Pendekatan intergenerasi yang diambil dalam kegiatan ini sangatlah tepat, karena mampu menciptakan ruang interaksi yang berarti bagi para lansia. Bentuk dukungan sosial yang diberikan melalui aktivitas sederhana seperti permainan, diskusi ringan, dan kegiatan seni dapat menumbuhkan rasa dihargai serta memperkuat ikatan emosional. Selain itu, penyuluhan singkat yang disisipkan dalam rangkaian acara tidak hanya berfungsi sebagai alat edukasi, tetapi juga membantu mempererat hubungan antara lansia dan mahasiswa yang berperan sebagai relawan. Dengan demikian,

metode ini lebih dari sekadar hiburan; ia juga menjadi sarana yang efektif untuk memperkuat dukungan sosial yang berkontribusi langsung pada peningkatan kesejahteraan lansia.

Dalam tahap persiapan, tim berkoordinasi dengan pihak panti untuk menyesuaikan program dengan kondisi lansia. Mereka juga memberikan pembekalan kepada mahasiswa tentang etika interaksi dan tujuan kegiatan. Konsep aktivitas dirancang agar sederhana namun tetap bermakna. Kegiatan ini mencakup *ice-breaking*, senam ringan, permainan interaktif, kegiatan seni seperti mewarnai, kuis, dan hiburan menyanyi bersama. Semua kegiatan ini bertujuan untuk memfasilitasi interaksi emosional dan sosial antara mahasiswa dan lansia.

Saat pelaksanaan, mahasiswa berperan sebagai mediator utama dalam setiap sesi, dengan supervisi dari dosen untuk memastikan interaksi tetap inklusif dan sesuai dengan tujuan. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada hiburan, tetapi juga menyisipkan elemen refleksi dan keterlibatan langsung agar lansia merasa dihargai dan terlibat dalam dinamika sosial. Pendekatan ini memperkuat teori *activity theory of aging*, yang menyatakan bahwa kehidupan yang aktif dan terhubung secara sosial memberikan kontribusi positif terhadap kualitas hidup lansia (Damsar & Indrayani, 2023).

Dengan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas, lansia tidak hanya mendapatkan kesempatan untuk bergerak secara fisik, tetapi juga merasakan stimulasi emosional dan mental yang berkontribusi pada kebahagiaan dan kepuasan hidup mereka. Interaksi dengan mahasiswa, yang merupakan generasi muda, menciptakan suasana baru yang menyenangkan dan menumbuhkan rasa dihargai, karena pengalaman dan keberadaan mereka dianggap penting. Oleh karena itu, aktivitas sosial yang terencana dan partisipatif dapat membantu mencegah perasaan terisolasi dan menjaga semangat hidup, sehingga kualitas hidup lansia tetap terjaga meskipun mereka berada di panti.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan melakukan observasi langsung oleh dosen pendamping untuk menilai sejauh mana lansia berpartisipasi dan merespons setiap aktivitas yang dijalankan. Selain itu, wawancara singkat dengan beberapa lansia dan mahasiswa dilaksanakan setelah kegiatan berakhir guna menggali pengalaman serta kesan yang dirasakan kedua belah pihak. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan penekanan pada dua aspek utama, yaitu bagaimana kegiatan mampu memperkuat interaksi sosial sekaligus menumbuhkan rasa dihargai pada lansia, serta bagaimana keterlibatan tersebut membentuk empati, solidaritas, dan kesadaran lintas generasi

pada mahasiswa. Melalui kombinasi teknik evaluasi ini, penulis dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika interaksi sosial antargenerasi dan menghasilkan dasar empiris yang kuat untuk menyusun rekomendasi keberlanjutan program pengabdian di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pelaksanaan kegiatan selama di Panti Wredha Budi Pertiwi, hasil dari observasi dan wawancara menunjukkan bahwa rangkaian aktivitas relawan mahasiswa berhasil meningkatkan keterlibatan sosial dan rasa dihargai di kalangan lansia. Banyak lansia yang menunjukkan semangat tinggi saat ikut bermain, bernyanyi bersama, atau terlibat dalam kegiatan seni mewarnai. Beberapa dari mereka mengungkapkan bahwa mereka merasa “dihormati kembali,” “diakui keberadaannya,” dan “lebih bersemangat” dibandingkan hari-hari biasa. Sebagian dari mereka tampak lebih aktif berbicara, tersenyum lebih sering, dan ingin mengikuti lebih banyak sesi jika kegiatan seperti ini diadakan lagi.

Di sisi lain, mahasiswa relawan melaporkan pengalaman yang sangat berharga: mereka merasa lebih memahami bahwa lansia bukan hanya “objek bantuan,” tetapi individu dengan kisah, kebutuhan emosional, dan keinginan untuk terhubung. Banyak mahasiswa merasakan tumbuhnya empati, rasa tanggung jawab sosial, dan kesadaran bahwa generasi muda memiliki peran penting dalam memperkuat jaringan sosial antar generasi. Beberapa mahasiswa bahkan menyatakan bahwa pengalaman ini membuka pandangan baru tentang senioritas dan kehidupan di panti.

Serangkaian kegiatan ini menunjukkan bahwa aktivitas *volunteer* memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kualitas hidup lansia, terutama dalam bidang kesehatan umum dan hubungan sosial (Sandes-Guimarães dkk., 2023). Artinya, saat kegiatan *volunteer* kembali diadakan di panti Wredha Bumi Pertiwi, kita dapat mengamati peningkatan skor kualitas hidup para penghuni dalam waktu sebulan. Tak hanya itu, hubungan antara penghuni dan relawan juga menjadi lebih baik.

Hasil dari kegiatan pengabdian ini semakin menguatkan pandangan bahwa keterlibatan relawan, meskipun dalam bentuk kegiatan yang sederhana, dapat memberikan dampak yang berarti bagi lansia. Aktivitas seperti senam, permainan, dan hiburan bersama tidak hanya berfungsi sebagai sarana rekreasi, tetapi juga menciptakan pengalaman sosial yang memperkuat rasa keterhubungan dengan orang lain. Walaupun dilaksanakan dalam waktu yang

singkat, interaksi tersebut memberikan kesempatan bagi lansia untuk merasakan kembali dinamika sosial yang hangat, sehingga menumbuhkan rasa optimis dan memperkuat semangat hidup mereka. Pada saat yang sama, pengalaman ini menunjukkan kepada mahasiswa bahwa dukungan sosial tidak selalu harus diwujudkan melalui program besar atau jangka panjang, melainkan dapat dibangun dari interaksi kecil yang sarat makna. Dengan demikian, kegiatan relawan antar generasi ini menegaskan pentingnya menciptakan ruang sosial yang inklusif, di mana setiap generasi dapat saling belajar dan berbagi manfaat dalam kehidupan bermasyarakat. Hal ini dapat dilihat pada gambar berikut :



Sumber : dokumentasi peneliti, 2025

Gambar 1. Mahasiswa Bersama Para Lansia

Lebih lanjut, kegiatan relawan yang dilakukan menunjukkan bahwa menjadi relawan membantu lansia untuk tetap aktif secara fisik dan sosial, serta berpotensi menjaga fungsi otak mereka tetap aktif dalam jangka waktu yang lebih lama (Villalonga-Olives dkk., 2023). Dalam konteks kegiatan ini, meskipun waktu yang ada terbatas, kita bisa mengasumsikan bahwa interaksi positif yang terjadi memberikan “suplai sosial” yang dapat memperpanjang dampak positif terhadap kondisi mental dan emosional lansia.

Kegiatan ini juga berdampak langsung pada pencapaian SDG 10 (*Reduced Inequalities*). Interaksi antara mahasiswa dan lansia dalam program sukarela terbukti mampu mengurangi kesenjangan sosial yang sering dialami oleh lansia di panti, terutama terkait dengan perasaan terpinggirkan dan kurangnya perhatian dari masyarakat. Melalui keterlibatan aktif mahasiswa, tercipta ruang untuk dialog dan kebersamaan yang menegaskan bahwa lansia tetap memiliki peran penting dalam struktur sosial. Pada saat yang sama, mahasiswa mendapatkan pengalaman berharga yang memperluas pandangan mereka tentang pentingnya solidaritas antar generasi. Ini menunjukkan bahwa kegiatan sukarela yang

sederhana dapat menjadi salah satu strategi inklusif untuk mengurangi ketidaksetaraan sosial, khususnya bagi kelompok rentan seperti lansia. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat sesaat, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan masyarakat yang lebih peduli, setara, dan inklusif sesuai dengan semangat SDG 10.

Dengan membandingkan literatur dan hasil yang ditemukan di lapangan, beberapa poin penting muncul untuk dibahas. Pertama, bahkan satu hari bisa menjadi pemicu yang kuat untuk membangkitkan semangat dan rasa diakui pada lansia, yang mungkin selama ini kurang mendapatkan perhatian dari masyarakat. Kedua, bagi mahasiswa, pengalaman langsung sebagai relawan dapat mempercepat perubahan sikap (dari sekadar teori menjadi praktik yang lebih empatik), sehingga mereka tidak hanya memahami fenomena lansia, tetapi juga merasakannya. Ketiga, meskipun interaksi satu hari tidak menjamin dampak jangka panjang, hasil ini memberikan dasar empiris bahwa skema relawan antar generasi layak untuk dikembangkan secara berkala dan terstruktur agar manfaatnya semakin solid.

Kegiatan pengabdian ini tidak hanya berfungsi sebagai hiburan semata, tetapi juga menunjukkan bahwa program relawan mahasiswa dapat berperan sebagai strategi jangka pendek dengan dampak psikososial yang signifikan. Ini juga bisa menjadi proyek percontohan (*pilot project*) untuk intervensi yang lebih luas dan berkelanjutan (termasuk dalam mendukung tujuan SDG 10: *Reduced Inequalities*).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Panti Wredha Budi Pertiwi, dengan melibatkan dosen dan mahasiswa Hubungan Internasional, berhasil menciptakan ruang interaksi yang berarti antara generasi. Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa para lansia merasa lebih dihargai, bersemangat, dan mendapatkan pengalaman sosial yang menyenangkan. Di sisi lain, mahasiswa juga memperoleh pembelajaran berharga dalam menumbuhkan empati, solidaritas, dan kesadaran lintas generasi. Temuan ini menegaskan bahwa dukungan sosial melalui program *volunteer* sederhana mampu berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup lansia sekaligus memperkuat peran mahasiswa sebagai agen perubahan sosial.

Dari hasil tersebut, kami merekomendasikan agar program relawan yang serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dengan frekuensi yang lebih rutin. Ini akan membantu memastikan bahwa

manfaat psikososial bagi lansia dapat bertahan dalam jangka panjang. Perguruan tinggi juga harus mendorong mahasiswa untuk terlibat aktif dalam program pengabdian lintas generasi sebagai bagian dari pendidikan karakter dan penguatan nilai sosial. Selain itu, kolaborasi dengan panti wredha dan lembaga terkait perlu ditingkatkan untuk memperluas cakupan kegiatan dan memastikan keberlanjutan program. Dengan demikian, kegiatan *volunteer* mahasiswa tidak hanya menjadi agenda pengabdian sesaat, tetapi juga menjadi strategi nyata dalam mendukung pencapaian SDG 10 (*Reduced Inequalities*) melalui upaya pengurangan ketidaksetaraan sosial dan penciptaan masyarakat yang lebih inklusif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam pelaksanaan kegiatan, tim menghaturkan banyak terima kasih khususnya kepada pihak Universitas Al Ghifari yang telah memberikan dana untuk pelaksanaan kegiatan ini sebagai wujud dukungan Tridharma Perguruan Tinggi. Selanjutnya ucapan terima kasih kepada Para *Caregiver* dan lansia di Panti Wredha Budi Pertiwi yang telah ikut berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Damsar & Indrayani. (2023). *Pengantar Sosiologi Lansia*. Kencana.
- Khuzaimah, U., Hinduan, Z. R., Agustiani, H., & Siswadi, A. G. P. (2023). Social Support, Religiosity, Wisdom and Well-Being Among Older Adults in Indonesia. *Clinical interventions in aging*, 1249–1262. <https://doi.org/10.2147/CIA.S414855>
- Mahadevan, R., & Fan, S. (2025). Older age cognition in Indonesia: Differences in the moderating role of social capital. *BMC Public Health*. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21871-9>
- Nurjanah, V., & Intening, V. R. (2025). *Assessment Of The Elderly Loneliness: A Qualitative Study*. Vol 8. No 1. <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i1.1399>
- Sandes-Guimarães, L. V. de, dos Santos, P. C., Alves, C. P. G. P., Cervato, C. J., Silva, A. P. A., & Leão, E. R. (2023). The effect of volunteer-led activities on the quality of life of volunteers, residents, and employees of a long-term care institution: A cohort study. *BMC Geriatr*.

- <https://doi.org/10.1186/s12877-023-03898-y>
- Villalonga-Olives, E., Majercak, K. R., Almansa, J., & Khambaty, T. (2023). *Longitudinal impact of volunteering on the cognitive functioning of older adults: A secondary analysis from the US Health and Retirement Study. Volume 10, Issue 3, 373–382.* <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2023.06.018>
- Widagdo, T. M. M., Putri, G. A. A. I. S., & Widyaningsih, B. D. (2024). Social Network of Urban and Rural Elderly with Disability in Indonesia. *ISETH (International Summit on Science, Technology, and Humanity) /* <https://doi.org/10.23917/iseth.5544>
- Widiani, E., Hidayah, N., & Hanan, A. (2023). *Anxiety, Depression, Loneliness, Spirituality, and Social Support in Older People During the COVID-19 Pandemic.* <https://doi.org/10.7454/jki.v26i2.1093>