

## **Lansia Cerdas Digital di Era Internet: Pemanfaatan Gawai untuk Mendukung Kesehatan dan Komunikasi Sosial**

<sup>1</sup>Andika Yuniato, <sup>2</sup>Sri Sintawati

<sup>1</sup>Sistem Informasi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta

<sup>2</sup>Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta

E-mail: <sup>1</sup>andika.yuniato@upi-yai.ac.id, <sup>2</sup>sri.sintawati@upi-yai.ac.id

### **ABSTRAK**

Perkembangan teknologi digital di Indonesia membawa perubahan signifikan dalam kehidupan sosial masyarakat, termasuk bagi kelompok lanjut usia (lansia). Gawai menjadi salah satu perangkat yang memberikan bantuan lansia dalam memperoleh informasi kesehatan serta menjalin komunikasi dengan keluarga dan lingkungan sosial. Dengan adanya perkembangan dan kebutuhan pada lansia, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manfaat gawai pada lansia dalam mendukung kesehatan dan komunikasi sosial di Sekolah Lansia RPTRA Nirmala Sunter. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi digital melalui program sekolah lansia Nirmala-Sunter dapat mendukung terciptanya lansia yang lebih mandiri dan adaptif terhadap perkembangan teknologi digital.

**Kata kunci :** *lansia digital, gawai, Kesehatan, Komunikasi sosial*

### **ABSTRACT**

The development of digital technology in Indonesia has brought significant changes to the social life of society, including for the elderly (elderly). Gadgets are one of the devices that provide assistance to elderly people in obtaining health information and establishing communication with family and the social environment. Given the developments and needs of the elderly, this research aims to determine the benefits of gadgets for the elderly in supporting health and social communication at the RPTRA Nirmala Sunter Elderly School. This research uses quantitative methods with a descriptive approach. This research shows that increasing digital literacy through the Nirmala-Sunter elderly school program can support the creation of elderly people who are more independent and adaptive to developments in digital technology.

**Keyword :** *digital elderly, gadgets, Health, Social communication*

## **1. PENDAHULUAN**

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di Indonesia telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan masyarakat sosial. Internet dan

perangkat gawai menjadi sarana dalam memperoleh informasi, komunikasi, dan memberikan berbagai informasi atau layanan berbasis digital. Perubahan digital ini tidak hanya mempengaruhi perubahan generasi muda, tetapi juga mulai

melibatkan kelompok lanjut usia (lansia) yang sebelumnya dianggap memiliki keterbatasan dalam menggunakan teknologi informasi.

Seiring dengan meningkatnya pengguna internet di berbagai kelompok usia, kelompok lansia menunjukkan ketertarikan untuk menggunakan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari. Gawai memberikan manfaat dan kemudahan bagi kelompok lansia untuk memperoleh informasi kesehatan atau mengakses layanan medis secara daring, serta menjaga komunikasi dengan keluarga dan lingkungan sosial. Hal ini menjadi penting karena pada kelompok lansia, akses terhadap layanan komunikasi kesehatan dan dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup.

Berdasarkan keadaan tersebut, penelitian ini melihat pada kelompok lansia mulai memahami dan membutuhkan cerdas digital di era internet menjadi pendukung dalam kehidupan sosial mereka (akses informasi kesehatan, komunikasi dan dukungan sosial). Pada penelitian ini kami mengambil sampel kepada kelompok lansia yang bergabung didalam Sekolah Lansia di RPTRA Nirmala Sunter yang terbentuk dalam kegiatan belajar lebih jauh untuk mendukung kegiatan kehidupan sosial mereka yang salah satunya adanya penggunaan perkembangan teknologi informasi. Sehingga penelitian mengenai Lansia Cerdas Digital di Era Internet: Pemanfaatan Gawai untuk Mendukung Kesehatan dan Komunikasi Sosial menjadi penting untuk dipahami dan dilakukan pemahaman mendalam untuk mengetahui tingkat kebutuhan dan pemenuhan kehidupan sosial di lingkungan sekitar.

## 2. LANDASAN TEORI

### Kelompok Lansia

Menurut The World Health Organization (WHO), lansia adalah individu yang berusia diatas **60 tahun**. Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok individu yang berada pada fase akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial dimana mengalami perubahan dalam kemampuan kognitif, perubahan fisik serta peran didalam kehidupan bermasyarakat.

Pada masa lansia ini berbagai tantangan atau kendala muncul, seperti menurunnya kondisi kesehatan, berkurangnya interaksi sosial masyarakat dan keterbatasan mobilitas, oleh karena itu dengan adanya tantangan tersebut perlu adanya upaya meningkatkan kualitas hidup kelompok lansia agar nantinya dapat menjalani kehidupan lebih produktif dan mandiri. Salah satu yang dapat dilakukan dengan pemberdayaan lansia melalui pemanfaatan perkembangan teknologi informasi.

### Literasi Digital

Literasi digital merupakan kemampuan individu dalam memahami, mengakses, memanfaatkan serta mengevaluasi informasi melalui teknologi digital secara efektif dan bertanggung jawab. Gilster (1997) mendefinisikan literasi digital sebagai kemampuan menggunakan teknologi digital untuk menemukan, memahami, dan mengevaluasi informasi yang diperoleh melalui jaringan internet.

Dalam konteks literasi digital bagi lansia, perkembangan teknologi digital tidak hanya pada perkembangan perangkat dan kemampuan teknis melainkan kemampuan menggunakan teknologi digital di kehidupan bermasyarakat dalam memenuhi kebutuhan interaksi sosial.

Literasi digital pada kelompok lansia dapat dibagi menjadi beberapa aspek, diantaranya :

- a. Kemampuan mengoperasikan perangkat digital
- b. Kemampuan mengakses informasi melalui internet
- c. Kemampuan menggunakan aplikasi komunikasi
- d. Kemampuan memahami keamanan dan etika digital

Peningkatan pemahaman pada literasi digital pada lansia menjadi penting karena mampu memberikan adaptasi kepada mereka untuk dapat mengikuti perkembangan teknologi untuk kehidupan sosial masyarakat menjadi lebih optimal.

#### **Pemanfaatan Gawai (Smartphone) oleh Lansia**

Gawai adalah perangkat teknologi yang memiliki berbagai fungsi dan manfaat, gawai merupakan sebuah media untuk komunikasi, akses informasi, hiburan, hingga layanan kesehatan digital. Kemudahan penggunaan dan ketersediaan berbagai aplikasi menjadikan gawai sebagai perangkat yang dapat mendukung seluruh kegiatan kehidupan bermasyarakat. Bagi lansia gawai memberikan manfaat dan mendukung kegiatan sosial masyarakat, diantaranya :

- a. memudahkan komunikasi dengan keluarga dan teman
- b. memperoleh informasi kesehatan secara cepat
- c. mengakses layanan kesehatan digital
- d. meningkatkan keterlibatan sosial dalam komunitas

akan tetapi, pemanfaatan dan penggunaan gawai pada lansia juga memberikan berbagai tantangan dan hambatan seperti waktu pemahaman perkembangan, desain tatap muka yang kurang ramah bagi lansia, dan kurangnya pelatihan atau

pembelajaran terhadap perangkat gawai dan perkembangan teknologi informasi.

#### **Hubungan Literasi Digital dengan Pemanfaatan Gawai pada Lansia**

Literasi digital memiliki peran penting dalam menentukan sejauh mana kelompok lansia mampu memanfaatkan dan menggunakan teknologi digital informasi dalam kehidupan sosial masyarakat. Kelompok lansia yang memiliki tingkat literasi digital yang baik cenderung lebih mudah dalam mengoperasikan gawai serta memanfaatkan berbagai aplikasi yang tersedia dan menyesuaikan kebutuhan sosial masyarakat.

Sebaliknya, bagi lansia yang memiliki literasi digital rendah menjadikan hambatan bagi lansia dalam mengakses manfaat dan penggunaan teknologi digital. Oleh karena itu, berbagai program atau aplikasi yang disiapkan dan diberikan pemahaman perlu ditingkatkan untuk meningkatkan kemampuan kelompok lansia dalam menggunakan teknologi digital.

Dengan meningkatnya literasi digital, lansia diharapkan dapat memanfaatkan dan menggunakan gawai secara efektif dan optimal guna mendukung kesehatan, meningkatkan kualitas hidup di era digital dan memperluas komunikasi sosial.

### **3. METODOLOGI**

#### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode **deskriptif kualitatif** dengan pendekatan studi lapangan.

#### **Lokasi Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di **Sekolah Lansia RPTRA Nirmala Sunter**.

#### **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah para lansia yang mengikuti kegiatan Sekolah Lansia di RPTRA Nirmala Sunter.

**Teknik Pengumpulan Data**

- A. **Observasi** terhadap aktivitas penggunaan smartphone oleh lansia.
- B. **Wawancara** dengan peserta sekolah lansia.
- C. **Dokumentasi** terkait kegiatan pembelajaran dan penggunaan teknologi.

**Teknik Analisis Data**

Data dianalisis menggunakan pendekatan **analisis deskriptif**, yaitu dengan mengelompokkan, menginterpretasikan, dan menyimpulkan data yang diperoleh dari lapangan.

**4. HASIL PENELITIAN****Gambaran Umum Penggunaan Teknologi Informasi oleh Kelompok Lansia**

Berdasarkan dari hasil penelitian dengan wawancara dan observasi menunjukkan bahwa kelompok lansia di Sekolah Lansia RPTRA Nirmala Sunter telah menggunakan dan memanfaatkan gawai dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan gawai oleh lansia umumnya dimanfaatkan untuk komunikasi dengan keluarga melalui aplikasi pesan instan, panggilan telepon, serta video call. Hal ini membantu kelompok lansia terhubung dengan seluruh anggota keluarga yang berada di lokasi berbeda.

Dalam pemanfaatan pada aspek kesehatan, beberapa lansia menggunakan gawai untuk mencari informasi terkait informasi tentang kesehatan/penyakit, pola hidup sehat, serta pengobatan melalui internet. Selain itu, ada juga lansia yang memanfaatkan aplikasi kesehatan sederhana untuk mengingat jadwal minum obat atau melakukan konsultasi kesehatan secara daring.

Namun demikian, penelitian ini juga menemukan adanya beberapa kendala yang dihadapi oleh kelompok lansia dalam penggunaan atau pemanfaatan gawai. Kendala tersebut antara lain ukuran teks yang kecil, keterbatasan pemahaman terhadap fitur teknologi, , penyesuaian gawai dengan kebutuhan serta kurangnya pendampingan dalam menggunakan aplikasi tertentu. Oleh karena itu, dengan keberadaan program yang diterapkan di Sekolah Lansia RPTRA Nirmala Sunter menjadi sangat penting dalam meningkatkan kemampuan pemahaman teknologi digital bagi kelompok lansia.

Program pembelajaran di Sekolah Lansia RPTRA Nirmala Sunter terbukti dapat memberikan dan membantu lansia dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan menggunakan gawai secara lebih efektif dan efisien. Yang ditunjukan berdasarkan pada literasi digital bagi lansia dapat dikembangkan melalui pendekatan pendidikan komunitas yang berkelanjutan.

**Karakteristik Responden**

Sebagian besar responden berusia antara **61–65 tahun (43%)**, diikuti usia **55–60 tahun (27%)**, **66–70 tahun (17%)**, dan di atas **70 tahun (13%)**.

Mayoritas lansia/responden telah menggunakan gawai selama  $\pm 3$  tahun dan menggunakan perangkat tersebut untuk komunikasi dengan keluarga atau mencari informasi lainnya yang mendukung kegiatan sosial masyarakat.

**Tingkat Literasi Digital Lansia**

Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat literasi digital kelompok lansia

berada pada kategori **tinggi** dengan nilai rata-rata **3,68**.

Indikator	Mean	Kategori
Menggunakan smartphone	3.9	Tinggi
Membuka aplikasi	3.7	Tinggi
Menggunakan internet	3.5	Tinggi
Mencari informasi	3.4	Sedang
Kepercayaan diri digital	3.6	Tinggi

### Pemanfaatan Smartphone untuk Kesehatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan smartphone dalam bidang kesehatan berada pada kategori **tinggi**.

Indikator	Mean	Kategori
Mencari informasi kesehatan	3.8	Tinggi
Informasi penyakit	3.6	Tinggi
Pengingat obat	3.2	Sedang
Konsultasi kesehatan	2.9	Sedang
Manfaat kesehatan	3.7	Tinggi

### Pemanfaatan Smartphone untuk Komunikasi

Pemanfaatan smartphone untuk komunikasi sosial memiliki nilai rata-rata **4,16** dengan kategori **sangat tinggi**.

Indikator	Mean	Kategori
Komunikasi dengan keluarga	4.3	Sangat tinggi
Penggunaan WhatsApp	4.4	Sangat tinggi
Panggilan video	3.8	Tinggi
Terhubung dengan orang lain	4.1	Tinggi
Kedekatan keluarga	4.2	Sangat tinggi

### Pemanfaatan Gawai untuk Mendukung Kesehatan dan Komunikasi Sosial

Berdasarkan dari hasil penelitian terhadap kelompok lansia menunjukkan bahwa literasi digital memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan lansia dalam memanfaatkan dan menggunakan teknologi digital. Kelompok lansia yang memiliki pemahaman dan penggunaan dasar mengenai penggunaan gawai cenderung lebih aktif dalam memanfaatkan perangkat tersebut untuk berbagai kebutuhan dalam berinteraksi sosial bermasyarakat di lingkungan sekitar.

Pemanfaatan gawai untuk komunikasi menjadi kegiatan yang paling dominan dilakukan oleh kelompok lansia. Hal ini menunjukkan kebutuhan pemenuhan motivasi hidup dengan menjaga hubungan sosial dengan keluarga dan lingkungan sekitar lansia dalam memanfaatkan dan menggunakan teknologi digital dalam berkomunikasi.

Dalam bidang kesehatan, gawai memberikan manfaat bagi kelompok lansia dalam memperoleh informasi terkait informasi tentang kesehatan/penyakit, pola hidup sehat, serta pengobatan melalui internet. Meskipun demikian, penggunaan gawai untuk komunikasi atau konsultasi perihal kesehatan masih relatif rendah karena sebagian besar kelompok lansia masih lebih nyaman melakukan komunikasi atau konsultasi secara tatap muka dengan tenaga medis.

Program Sekolah Lansia RPTRA Nirmala Sunter memiliki peran sangat penting dalam meningkatkan kemampuan teknologi digital bagi kelompok lansia. Melalui kegiatan pembelajaran yang terstruktur, kelompok lansia dapat memperoleh informasi, pengetahuan dan keterampilan baru dalam menggunakan teknologi digital secara lebih efektif dan efisien dalam mengetahui perkembangan teknologi untuk mendukung kegiatan sosial bermasyarakat.

## 5. KESIMPULAN

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok lansia di Sekolah Lansia RPTRA Nirmala Sunter telah mampu memanfaatkan dan menggunakan gawai dalam kehidupan sehari-hari, terutama untuk komunikasi dengan keluarga dan memperoleh informasi Kesehatan atau informasi lainnya.

Tingkat literasi digital kelompok lansia berada pada kategori tinggi dan memiliki hubungan yang signifikan dengan pemanfaatan dan penggunaan gawai. Hasil penelitian menunjukkan

bahwa literasi digital memberikan kontribusi sebesar **55% terhadap penggunaan gawai oleh lansia dalam memahami dan menggunakan teknologi digital.**

Program pendidikan berbasis komunitas seperti sekolah lansia memiliki peran penting dalam meningkatkan literasi digital serta mendukung terciptanya lansia yang lebih mandiri, produktif dan adaptif terhadap perkembangan teknologi digital.

## 6. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai **Lansia Cerdas Digital di Era Internet: Pemanfaatan Gawai untuk Mendukung Kesehatan dan Komunikasi Sosial**, terdapat beberapa saran yang diberikan adalah sebagai berikut:

### A. Bagi Lansia

Lansia diharapkan dapat terus meningkatkan kemampuan dan pemanfaatan menggunakan teknologi digital, khususnya gawai, agar dapat memberikan perkembangan pada diri lansia untuk mendukung kesehatan dan komunikasi sosial.

### B. Bagi Pengelola Sekolah Lansia

Pengelola program di Sekolah Lansia RPTRA Nirmala Sunter diharapkan dapat mengembangkan program pembelajaran yang lebih terfokus pada peningkatan literasi teknologi digital bagi kelompok lansia.

### C. Bagi Keluarga

Keluarga memiliki peran dalam mendampingi lansia dalam memanfaatkan dan menggunakan teknologi digital. Oleh karena itu, anggota keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan, bimbingan, serta motivasi kepada lansia agar lebih percaya diri dalam memanfaatkan gawai untuk memperoleh informasi kesehatan dan menjaga komunikasi dengan lingkungan sosial.

## D. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan dalam jumlah responden dan ruang lingkup penelitian. Diharapkan peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan metode penelitian yang lebih beragam, serta mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi pemanfaatan teknologi digital oleh lansia.

## 7. UCAPAN TERIMA KASIH

Berisi ucapan terima kasih terutama kepada pihak yang telah memberi pendanaan penelitian atau pengabdian Masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2019). **Digital transformation and social media.** *Journal of Information Technology.*
- Muljati, R., Suwatno, & Witarti, D. I. (2023). **Literasi digital lansia terhadap isu kesehatan di Karawaci Kota Tangerang.** *SOCIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial.*
- Nasrullah, R. (2017). **Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi.** Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Prensky, M. (2010). **Teaching Digital Natives: Partnering for Real Learning.** California: Corwin Press.
- United Nations. (2021). **World Population Ageing Report.**
- WHO. (2020). **Ageing and Digital Health.**
- Yuniarto, B. (2019). *Literasi digital dalam masyarakat informasi.* Jakarta: Rajawali Pers.