

STRATEGI KOMUNIKASI ANTARPRIBADI DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL LANSIA DI PAGUYUBAN GAMELAN “MARGO LARAS” DESA NGEBEL

Afreliia Susanti¹, Eli Purwati², Deny Wahyu Tricana³, Oki Cahyo Nugroho⁴

^{1,2,3,4}Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik,
Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Jawa Timur

e-mail: afre.liasusanti1999@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi komunikasi Antarpribadi dalam meningkatkan kesehatan mental lansia di Paguyuban Gamelan “Margso Laras” Desa Ngebel. Keseluruhan penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Dimana penelitian kualitatif merupakan penelitian dengan menggunakan latar belakang alamiah dengan maksud memahami fenomena apa yang dialami subjek penelitian, misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dengan cara deskripsi dalam bentuk bahasa dan kata-kata, pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah. Dalam melaksanakan sebuah penelitian, banyak sekali jenis metode yang dapat digunakan. Hasil penelitian ini menunjukkan komunikasi antarpribadi dalam meningkatkan kesehatan mental lansia di paguyuban gamelan “Margo Laras” Desa Ngebel yaitu dalam proses pembelajaran latihan gamelan antara satu lansia dengan satu lansia lainnya berbentuk komunikasi sehari-hari. Komunikasi berperan penting dalam proses pembelajaran tersebut, komunikasi antarpribadi merupakan komunikasi yang paling efektif dalam proses pembelajaran tersebut dan mampu menyampaikan informasi secara maksimal antara satu lansia dengan lansia lainnya. Pendekatan seperti ini telah dilaksanakan namun belum mencapai hasil secara maksimal, dengan adanya beberapa faktor yang memperlancar dan menghambat komunikasi antarpribadi yang berlangsung. Faktor pendukung dilihat dari adanya timbal balik dalam proses pembelajaran latihan berlangsung. Sedangkan faktor penghambat adanya beberapa ketinggalan materi yang diajarkan sehingga perlu adanya pengulangan dan memperlambat proses pembelajaran.

Kata Kunci: Strategi, Komunikasi Antarpribadi, Lansia.

1. PENDAHULUAN

Lazimnya komunikasi merupakan proses pengiriman dan penerimaan pesan, ide, gagasan maupun informasi yang terjadi antara satu individu atau lebih secara interaktif dan efektif, dan mudah dimengerti dengan ringkas. Seperti halnya komunikasi antarpribadi yang terjadi antara para lansia dalam paguyuban gamelan “Margo Laras”, merupakan salah

satu komunikasi antarpribadi didalam kelompok. Komunikasi antarpribadi harus berjalan dengan baik, agar hubungan antara satu lansia dengan lansia lainnya bisa terjalin dengan baik pula. Maksud dari para lansia tersebut merupakan mayoritas anggota dalam paguyuban gamelan “Margo Laras”. Hubungan yang baik akan menimbulkan keterikatan dan saling membutuhkan satu sama lain. Dengan

tidak adanya jalinan komunikasi yang baik, maka interaksi dalam kelompok paguyuban gamelan tersebut juga tidak akan berjalan dengan semestinya.

Menurut Cangara (2010) menyatakan bahwa Komunikasi Antarpribadi ialah komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih secara tatap muka. Ini merupakan salah satu jenis komunikasi yang memiliki pengaruh besar dalam mempengaruhi bahkan mengubah sikap, gagasan bahkan perilaku seseorang, khususnya bagi para lansia. Dipertegas dengan pernyataan Joseph A. Devito (1989) komunikasi antarpribadi adalah proses pengiriman dan penerimaan pesan antara dua individu atau antar individu dalam kelompok dengan beberapa efek dan tanggapan secara langsung. Lansia yang berperan sebagai komunikator akan dengan mudah mempengaruhi cara berpikir lansia lainnya yang berperan sebagai komunikan dan sedikit banyak cara berpikirnya akan terpengaruhi. Komunikator disini dengan sadar menyampaikan informasi mengenai dirinya bahkan terkadang bersifat rahasia. Melihat dari hal tersebut masih banyak menimbulkan permasalahan antarpribadi didalam kelompok, yang dilatar belakangi tidak adanya transparansi komunikasi antarpribadi di dalam kelompok. Acap kali dari para anggota tersebut akan membagikan informasi yang tidak sesuai dengan kejadian yang pernah dialaminya, bahkan perasaan terhadap sesuatu yang pernah dilakukannya atau yang pernah

disaksikannya. Tidak sedikit pula lansia yang mengalami keterpurukan seperti diterlantarkan oleh keluarganya, menderita penyakit kronis, tidak mendapat bantuan dari pemerintah dan bahkan tidak mendapat akses sarana maupun prasarana dari pemerintah. Tidak hanya itu, permasalahan lansia di Desa Ngebel juga disebabkan oleh kesenjangan pemahaman perkembangan teknologi antara lansia dan anak-cucunya. Para lansia yang tidak bisa menerima dan memahami perkembangan ini akan kesulitan karena situasi yang terjadi adalah anak-cucunya akan abai terhadap lansia dan memilih bermain dengan gawai canggihnya. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan psikis lansia.

Melihat permasalahan diatas komunikator seharusnya menggunakan strategi yang memanipulasi agar maksud dan tujuannya bisa tersampaikan dengan baik, sehingga keinginannya bisa terpenuhi dan tidak menimbulkan masalah. Hal tersebut memerlukan sebuah strategi komunikasi yang efektif dan efisien, dengan hal ini peneliti ingin mengangkat sebuah penelitian Strategi Komunikasi Antarpribadi dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia Di Paguyuban Gamelan "MARGO LARAS" Desa Ngebel. Dapat ditarik sebuah rumusan masalah bagaimana dan hambatan-hambatan seperti apa yang ada pada Strategi Komunikasi Antarpribadi dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia Di

Paguyuban Gamelan "MARGO LARAS" Desa Ngebel.

Dari penelitian ini nantinya diharapkan mampu mengetahui strategi seperti apa yang digunakan dalam komunikasi antarpribadi pada lansia dan mengetahui hambatan-hambatan serta faktor apa saja yang ada didalamnya yang ditimbulkan serta bagaimana cara mengatasinya. Nantinya, penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk seluruh pihak agar bijak dalam berkomunikasi dengan tidak mementingkan egonya dalam berkomunikasi dan dari penelitian ini diharapkan tingkat kesalahpahaman antara komunikator dengan komunikan bisaterhindar, khususnya dalam komunikasi antarpribadi secara langsung.

Dimana strategi komunikasi merupakan perencanaan yang efektif dalam penyampaian pesan sehingga mudah dipahami oleh komunikan dan bisa menerima apa yang telah disampaikan sehingga bisa mengubah sikap atau perilaku seseorang Effendy (2011). Strategi komunikasi didalam hakekatnya merupakan cara dimana adanya perencanaan mendalam dan manajemen agar apa yang diinginkan dapat tercapai. Dalam mencapai keinginan tersebut, strategi bukan hanya dijadikan sebagai petunjuk atau acuan dalam menjalankannya melainkan dengan memperlihatkan bagaimana berjalannya atau operasionalnya. Secara garis besar tujuan strategi komunikasi mengenai bagaimana cara komunikasi bisa dilakukan

dengan baik, memastikan bahwa adanya pemahaman dalam berkomunikasi, motivasi, dan usaha komunikator dalam mencapai tujuan dari proses komunikasi. Dari ulasan tersebut bisa diambil bahwa komunikasi antarpribadi memiliki pengaruh yang tinggi dengan adanya tanggapan secara langsung dalam berkomunikasi.

Tujuan dari komunikasi antarpribadi adalah sebagai berikut (Wiryanto, 2004):

- a. Mengetahui diri sendiri dan orang lain

Dalam proses ini memberikan kesempatan untuk diri sendiri mengeksplorasi seluruh potensi dalam sejauhmana dan bagaimana kita bisa terbuka kepada orang lain serta dapat mengetahui sikap dan perilaku orang sekitar, sehingga kita dapat memberikan tanggapan atas tindakan yang dilakukan.

- b. Mengetahui dunia luar.

Adanya peluang bagi kita untuk memahami lingkungan sekitar, baik dalam sebuah kejadian, sikap, perilaku, bahkan nilai dari seseorang.

- c. Menciptakan hubungan harmonis

Hubungan yang baik akan membantu kita dalam mengurangi rasa kesepian serta membuat kita lebih positif dalam menanggapi diri kita sendiri.

- d. Mengubah sikap dan perilaku.

Mempengaruhi serta membujuk seseorang melalui komunikasi antarpribadi.

e. Bermain dan mencari hiburan.

Dengan berinteraksi dengan orang lain, memungkinkan untuk mendapatkan hiburan.

f. Membantu orang lain.

Sebagai makhluk sosial yang membutuhkan kehadiran orang lain maka harus saling membantu.

Menurut Effendy (2002) faktor-faktor penghambat komunikasi dibedakan menjadi empat macam, yaitu:

1. Hambatan Sosio-Antro-Psikologis

Komunikator harus memperhatikan situasi, karena sangat berpengaruh pada saat proses berkomunikasi. Komunikator juga mengetahui siapa komunikan yang menjadi lawan komunikasinya. Komunikator harus berada dalam keadaan yang prima, tidak merasa kecewa, sedih, marah, bingung bahkan iri hati dan prasangka terhadap komunikator yang akan memicu terhambatnya komunikasi saat berlangsung.

2. Hambatan Semantis

Hambatan ini ada pada diri komunikator, mengenai bahasa yang digunakan sebagai alat penyampian pesan terhadap komunikan

3. Hambatan Mekanis

Adanya gangguan pada media yang digunakan untuk berkomunikasi.

4. Hambatan Ekologis

Hambatan yang berasal dari lingkungan, seperti suara hujan atau petir,

suara pesawat terbang lewat, kebisingan lalu lintas dan lain sebagainya.

Dari beberapa faktor diatas mengenai permasalahan yang kemungkinan muncul saat proses berkomunikasi, terdapat beberapa upaya untuk mengatasi hambatan tersebut. Yaitu, yang pertama feedback, maksudnya menggunakan umpan balik atau tanggapan langsung dari komunikan. Yang kedua dengan cara memahami individu sebagai komunikan, cara ini dianggap efektif karena komunikator akan lebih mudah untuk menyampaikan tujuannya dan disesuaikan dengan keadaan komunikan tersebut. Selanjutnya dengan berkomunikasi secara langsung (*face to face*) cara ini akan lebih efektif dan mengurangi adanya kesalahpahaman pada saat komunikasi berlangsung. Yang terakhir menggunakan bahasa yang ringan, sederhana dan mudah agar komunikan dapat langsung memahami apa maksud dan tujuan dari komunikator.

Melalui komunikasi antarpribadi, seseorang dapat berusaha membina hubungan yang baik dengan orang lain, sehingga dapat menghindari dan dapat mengatasi adanya masalah dalam berkomunikasi (Cangara, 2005). Dengan cara meningkatkan kualitas hubungan yang harmonis, menghindari adanya permasalahan pribadi yang dibawa ke umum, mengurangi kesalahpahaman dan memulai membuka diri untuk terbuka dari segala aspek, berbagi informasi sudah pasti kebenarannya dengan individu

lainnya. Dalam kategori ini orang tua lanjut usia sebagai pranata kehidupan kehadirannyapun mampu memberikan dampak yang baik. Dalam berkomunikasi dengan lansia sering kali dijumpai berbagai macam hambatan bahkan kesalahpahaman yang disebabkan oleh berbagai faktor. Komunikasi akan berjalan efektif apabila seluruh komponennya bisa terpenuhi dengan baik pula. Komunikasi antarpribadi menjadi sangat berpengaruh dalam setiap komunikasi yang dilakukan oleh lansia.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan sebuah pendekatan umum untuk meneliti mengenai Strategi Komunikasi Antarpribadi Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia Di Paguyuban Gamelan "MARGO LARAS" Desa Ngebel. Salah satu yang digunakan adalah untuk meneliti fenomena-fenomena atau kejadian-kejadian. Metode penelitian diikuti dan dianut sebagai salah strategi umum dalam proses pengumpulan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, Lexy J. Moleong (2010) mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian, misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, secara holistik dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode

ilmiah. Dalam melaksanakan dan menjalankan sebuah penelitian, banyak sekali jenis metode yang dapat digunakan. Dalam pendekatan kualitatif ada beberapa jenis penelitian yaitu: etnografis, studi kasus, grounded theory, penelitian tindakan kelas dan interaktif.

Penelitian dilakukan secara langsung bersama dengan para lansia dengan jumlah anggota sekitar 20-25 orang, yang terdiri dari berbagai umur. Program ini dilaksanakan selama kurang lebih 3 bulan, dimulai dari tanggal 01 Juni 2021 sampai dengan tanggal 04 Agustus 2021. Selama kegiatan berlangsung ada beberapa kegiatan yang dilaksanakan seperti, Outbound, SEJAWA (Senam Sehat dengan alunan musik tradisional Langgam Jawa), Aksi Abadi (Aksi Apik, Berguna dan Berbudaya bagi Lansia), Jagong tradisi, Bilik Lampau.

Seluruh kegiatan dilaksanakan secara bertahap dan rutin sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan. Bertempat di Desa Ngebel, Kecamatan Ngebel, Kabupaten Ponorogo khususnya dukuh Sobo Rt.02 Rw.02, dimana kegiatan yang berlangsung didampingi oleh ketua Rt setempat dan sekaligus sebagai ketua Paguyuban Gamelan "Margo Laras". Proses wawancara dilakukan secara terbuka dan langsung kepada narasumber yaitu Ibu Siyam (65) dan Bapak Hariyadi (40). Proses wawancara dilakukan secara bergantian di hari yang berbeda setelah seluruh kegiatan selesai dilaksanakan. Berlokasi di Sologeny, dukuh Sobo

tepatnya rumah ketua RT (Bpk. Hariyadi) selaku ketua Paguyuban Gamelan. Pertanyaan yang diberikan merupakan pertanyaan terbuka seperti, bagaimana tanggapan bapak/ibu mengenai adanya kegiatan yang sudah berlangsung, adakah perbedaan sebelum dan sesudah diadakannya kegiatan, bagaimana harapan bapak/ibu terhadap Paguyuban Gamelan ini nantinya setelah adanya kegiatan dan beberapa pertanyaan pendukung lainnya. Sebelum memulai proses wawancara, peneliti akan meminta izin terlebih dahulu terhadap narasumber apakah bersedia untuk dijadikan narasumber dengan hal tersebut tidak ada unsure paksaan dari segala pihak. Peneliti akan meminta narasumber untuk berkenalan diri sebelum masuk dalam sesi wawancara.

Berdasarkan penjelasan di atas penelitian dimulai dengan penjajagan awal hingga mendapatkan data dalam bentuk deskripsi Wawancara, pengamatan secara langsung serta mendapatkan dokumentasi. Hal ini dilaksanakan secara terstruktur yang bertujuan agar memperoleh informasi atau keterangan secara detail dan mendalam mengenai gambaran penelitian. Berdasarkan observasi secara langsung paguyuban gamelan "Margo Laras" desa Ngebel sangat sesuai dengan yang melatar belakangi penelitian ini. Sehingga diambil kelompok tersebut sebagai objek penelitian. Pengumpulan data diambil secara langsung dengan wawancara

interview, dan observasi kelapangan serta pengambilan dokumentasi sebagai data primer penelitian. Pengumpulan data tersebut merupakan data asli dan baru dari hasil observasi lapangan. Sedangkan data sekunder yang terdapat dalam penelitian ini diambil dari pengumpulan data penelitian berdasarkan sumber-sumber yang sudah ada. Dari data yang sudah didapatkan dan dikumpulkan selanjutnya peneliti akan melakukan analisis data berupa pengelompokan, memilah, dan menghubungkan data sehingga bisa diolah dan dapat ditarik sebuah kesimpulan yang benar. Peneliti menggunakan metode analisis deskriptif dalam penelitian ini yang berupa uraian-uraian, penjelasan-penjelasan deskriptif dan berupa laporan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan pada objek lansia di paguyuban gamelan "Margo Laras" Desa Ngebel. Dalam penelitian ini nantinya diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai adanya strategi komunikasi antarpribadi dalam upaya meningkatkan kesehatan mental para lansia. Wawancara dilakukan oleh beberapa subjek dimulai dengan ketua RT sekaligus ketua paguyuban gamelan, kemudian sesepuh paguyuban dan perwakilan anggota yang di laksanakan pada bulan Juni hingga bulan Agustus 2021 selama kegiatan bahkan setelah acara berlangsung, secara *In-Depth Interview* atau wawancara secara mendalam. Dimana proses wawancara merupakan proses

menggali informasi secara mendalam, terbuka dan bebas (Moleong, 2017).

Observasi dilakukan secara langsung, dengan ikut terlibat dalam kegiatan dengan anggota paguyuban serta dibarengi dengan sesi dokumentasi atau pengambilan foto dan video. Nantinya digunakan sebagai pencatatan bagian kegiatan terhadap objek.

Peneliti melakukan proses wawancara secara langsung dan terbuka dengan narasumber Ibu Siyam (65) anggota paguyuban lansia dan Bapak Hariyadi (40) sebagai ketua paguyuban dan sekaligus ketua Rt setempat. Pertanyaan pertama mengenai tanggapan sebelum dan sesudah adanya kegiatan berlangsung, narasumber menjelaskan adanya perbedaan yang signifikan dalam proses kegiatan maupun setelah adanya kegiatan. Narasumber menegaskan dengan adanya kegiatan tersebut mayoritas anggota paguyuban merasa senang, gembira dapat berkumpul dengan lansia lainnya dan sangat terhibur serta merupakan kegiatan yang bermanfaat bagi ibu-ibu lansia yang terlibat. Narasumber juga menjelaskan adanya berbagai peningkatan kegiatan dari kegiatan-kegiatan dari yang biasa para lansia laksanakan biasanya.

Dengan berlangsungnya berbagai kegiatan diatas, secara tidak langsung para lansia sudah menerapkan komunikasi antar pribadi dalam proses komunikasi sehari-hari. Warsini (40) anggota paguyuban menyatakan jadwal latihan

selanjutnya dilaksanakan dengan memakai seragam paguyuban, hal tersebut disampaikan terhadap salah satu anggota paguyuban lainnya Yati (45) yang ditanggapi baik dengan menyetujui usulan tersebut. Kemudian disampaikan dengan anggota lainnya dan disepakati bahwa latihan berikutnya sepakat dengan mengenakan pakaian seragam paguyuban. Contoh lain dari penggunaan komunikasi antar pribadi disini adalah dengan adanya ruang chat online yang digunakan para anggota sehingga memudahkan untuk saling berkomunikasi, baik dalam pembicaraan jadwal latihan, pukul berapa akan dilaksanakan kegiatan selanjutnya dan berbagai topik lainnya yang bisa dibicarakan. Pembicaraan yang dilakukan baik secara langsung maupun tidak langsung berjalan dengan baik, ada sedikit kesalahpahaman yang terjadi yang menjadikan salah hambatan dalam berkomunikasi sehingga menghambat jalannya kegiatan. Seperti halnya salah bicara atau salah ketik dalam berkomunikasi. Hal tersebut menjadikan respon yang tidak baik dari anggota lansia lainnya, namun bisa diatasi dengan dibicarakan secara langsung tatap muka untuk menghindari terjadinya kesalahan yang terulang.

Tidak lupa juga untuk setiap kegiatan yang diterapkan dalam proses peningkatan kesejahteraan lansia mengedepankan sisi budayanya, dimana program ini juga bertujuan untuk melestarikan budaya leluhur agar tidak

menghilang begitu saja. Dari salah satu kegiatan seperti “Senam Lansia” menggunakan musik Jawa sebagai salah satu aksi melestarikan kesenian musik Jawa. Penggunaan lagu Jawa disini dinilai mampu meningkatkan tingkat emosional para lansia, musiknya yang kalem dan endah sebagai aksi penenangan agar para lansia bisa ikut aktif dan nyaman dalam kegiatan tersebut, tidak lupa juga dari segi kebudayaannya penggunaan tembang Jawa dinilai bisa melestarikan kebudayaan Jawa yang sudah mulai ditinggalkan.

Peneliti secara langsung melakukan pengamatan dan pengambilan dokumentasi, dengan adanya sesi wawancara mendalam dimana dalam upaya untuk mendapatkan jawaban dari inti permasalahan yang berkaitan langsung dengan penelitian sehingga dapat memberikan alasan dan dapat membahas strategi komunikasi antar pribadi pada lansia di paguyuban gamelan “Margo Laras” tersebut. Setelah semua data yang diperlukan sudah terkumpul, peneliti kemudian akan menganalisis dan mengolah data yang ada menggunakan penelitian deskriptif kualitatif, yang selanjutnya data di olah dan ditarik kesimpulan pada akhir penelitian.

Devito menjelaskan secara umum bagaimana komunikasi antar pribadi.

a. Komunikator dan Komunikan

Komunikator merupakan orang yang menyampaikan informasi atau pesan terhadap komunikan.

Sedangkan komunikan ialah, seseorang yang menerima suatu informasi maupun pesan tertentu. Dalam hal ini, salah satu lansia akan menyampaikan suatu informasi, pesan, gagasan atau ide terhadap lansia lainnya dalam satu kelompok kecil yaitu paguyuban gamelan “Margo Laras” Desa Ngebel sebagai sesama anggota. Dalam berkomunikasi terdapat proses *encoding* (memproduksi pesan) dan *decoding* (member makna dari pesan). Dimana salah satu lansia akan mendikte satu ketukan nada gamelan kepada lansia lain (contoh : sesama pemain bonang), yang kemudian lansia lainnya tersebut akan mengikuti arahan ketukan dan memainkan gamelannya.

b. Pesan

Informasi yang disampaikan disini tentunya seluruh materi yang ada di paguyuban gamelan, seperti note ketukan permainan atau lagu-lagu Tembang Jawa, kemudian ada beberapa informasi seputar anggota dimana juga disampaikan dengan komunikasi antar pribadi, ada juga beberapa materi kebudayaan serta beberapa materi pengenalan menggunakan teknologi sosial media sebagai penunjang. Untuk meningkatkan strategi komunikasi antar pribadi tersebut, seluruh proses penyampaian pesan

dilakukan secara langsung maupun tidak langsung.

c. Media

Agar pesan dapat tersampaikan dengan baik, kepada seluruh anggota lansia paguyuban gamelan. Digunakan beberapa cara dalam penyampaiannya, baik secara langsung maupun tidak langsung. Secara langsung dengan menyampaikan informasi dengan *face to face* (tatap muka) antara satu lansia dengan lansia lainnya. Kemudian secara tidak langsung, dengan menggunakan teknologi berupa *via zoom, gmeet, video call* dan lain sebagainya secara virtual. Para lansia juga dibuatkan *group chatting* Whatsapp agar memudahkan untuk saling berkomunikasi. Dengan mengharap adanya respon atau umpan balik yang baik, secara langsung maupun tidak langsung.

Dari hal tersebut bisa diketahui bagaimana jalannya proses komunikasi bisa berjalan dengan baik atau tidak. Apakah maksud dan tujuan dari proses penyampaian pesan bisa tersampaikan dengan maksimal kepada para komunikan. Dilihat dari banyaknya lansia yang sudah mulai mudah serta mulai menghafal lagu-lagu yang dimainkan sudah menjadi adanya umpan balik yang baik, karena penyampaian *note* ketukan

nada lagu bisa dengan mudah dipahami oleh para lansia di paguyuban gamelan.

Dalam hal ini strategi komunikasi akan terbentuk dengan jelas, karena penampakan secara nyata akan terlihat dilapangan dengan adanya data-data yang telah dikumpulkan kemudian di olah. Komunikasi antarpribadi disini mulai terbentuk dengan adanya strategi komunikasi yang secara tidak langsung juga digunakan dalam komunikasi sehari-hari. Komunikasi disini digunakan dengan baik sehingga efisien untuk meningkatkan kesehatan mental para lansia, dimana ada banyak sekali faktor pendukung ada. Banyak sekali kecenderungan lansia yang sedikit dibawah tekanan sebelum adanya kegiatan tersebut, sehingga kesehatan para lansiapun sedikit terganggu.

Faktor pendukung disini berupa upaya para lansia yang dengan sigap dan aktif dalam mengikuti seluruh kegiatan gamelan. Dimana kegiatan karawitan, sehingga terbentuk paguyuban "Margo Laras" tersebut diikuti oleh banyak anggota yang mayoritas usianya lanjut usia. Kebanyakan dari mereka tinggal sendiri karena jauh dengan anak dan cucunya, ada juga lansia yang bergabung dengan tujuan mencari hiburan sekaligus melestarikan kebudayaan yang sudah sangat jarang ditemui. Kegiatan latihan rutin diadakan setiap tiga kali dalam seminggu. Dengan demikian komunikasi yang berlangsung sering dijalin. Strategi komunikasi antarpribadi disini akan digunakan secara tidak sadar ketika

antara satu lansia dapat membicarakan bahkan mengutarakan informasi mengenai dirinya (bahkan yang bersifat rahasia) disampaikan kepada lansia lainnya. Seiring berjalannya waktu dan kegiatan latihan sering untuk dilakukan banyak sekali para lansia yang merasa senang akan adanya kegiatan tersebut. Dalam hal ini kesehatan lansia tentunya akan membaik dan meningkat. Dilihat dari yang sebelumnya masih banyak kecenderungan untuk berdiam diri dirumah saja, dan sekarang banyak lansia yang merasa senang sekaligus terhibur. Tentu hal ini akan meningkatkan kesehatan mental para lansia tersebut. Faktor penghambat juga tercipta selama berlangsungnya kegiatan latihan gamelan berlangsung. Dimana, masih banyak lansia yang susah untuk memahami atau menghafal note atau ketukan gamelan. Sehingga akan memperlambat proses pembelajaran selama latihan berlangsung.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan uraian diatas, penulis dapat menarik kesimpulan, bahwa Strategi Komunikasi Antarpribadi Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia Di Paguyuban Gamelan "Margo Laras" Desa Ngebel sudah berhasil, dilihat dari tindakan serta perilaku para anggota paguyuban yang kebanyakan dari mereka sudah menunjukkan rasa bahagia dan senang. Ditambah dengan beberapa lansia yang selalu mengikuti kegiatan latihan gamelan secara rutin berdasarkan jadwal

yang sudah ditetapkan. Strategi komunikasi yang digunakan juga berjalan efektif dengan adanya respon dari para lansia tersebut, dimana hampir semua anggota paguyuban tersebut sudah mulai terbuka dan bisa saling menghargai dengan anggota lansia lainnya. Strategi disini sudah disusun dengan baik dan dijalankan dengan baik pula.

Pihak pemerintah, khususnya dari Desa baik kepala Desa maupun dusun bahkan ketua RT juga ikut serta mendukung kegiatan tersebut. Di sini pihak pemerintah juga memberikan izin paguyuban serta memberikan izin penuh bagi siapa saja yang ingin mengikuti kegiatan latihan gamelan. Sehingga seluruh program bisa berjalan dengan baik dengan dukungan dari setiap pihak yang terlibat didalamnya. Dari sini juga diharapkan bisa meminimalisir adanya perselisihan di dalam paguyuban mengingat sering terjadinya kesalahan komunikasi dalam kebanyakan kegiatan latihan yang berlangsung. Seluruh anggota lansia dalam paguyuban diharapkan mampu menerapkan strategi komunikasi antarpribadi tersebut dengan baik agar meningkatkan kondisi kesehatan mental menjadi lebih lagi nantinya.

Diharapkan untuk seluruh masyarakat begitu juga pihak pemerintah mendukung adanya kegiatan-kegiatan diatas tersebut. Selain bermanfaat terhadap anggota, kegiatan tersebut juga sebagai sarana melestarikan budaya yang

ada, dimana budaya tersebut hampir hilang. Kesehatan mental para lansia juga ikut meningkat dengan adanya latihan latihan gamelan tersebut. Dan sebaiknya kegiatan seperti itu untuk semakin diperbanyak bahkan diperluas ke daerah-daerah lainnya. Semoga dengan banyaknya manfaat yang diberikan dari program latihan gamelan bersama para lansia, banyak masyarakat yang sadar akan pentingnya saling berkomunikasi dan melestarikan budaya yang ada dalam mencegah keterpurukkan masyarakat, khususnya para lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Cangara, Hafied. (1988). Pengantar Ilmu Komunikasi: PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Cangara, Hafidz. (2005). Pengantar Ilmu Komunikasi. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Devito, Joseph A., (1989). The Interpersonal Communication Book, Fifth Edition, Harper & Row, Publishers, New York.
- Effendy, Onong Uhcjana. (2002). Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Effendy, Onong Uchyana. (2011). Ilmu Komunikasi: Teori dan Prakteknya, Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Moleong, Lexy J. (2010). Metodologi Penelitian Kuantitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Moleong, Lexy J. (2017). Metode Penelitian Kualitatif, cetakan ke-36, Bandung : PT. Remaja Rosdakarya Offset.
- Kertamukti, R. (2013). Strategi Komunikasi Antarpribadi Dosen dan Mahasiswa dalam Pengembangan Jiwa Kreatif (Studi Deskriptif pada Progam Studi Ilmu Komunikasi UIN Sunan Kalijaga (Vol. 06). Yogyakarta: Jurnal Komunikasi PROFETIK.
- Makmur, R. (2017). STRATEGI KOMUNIKASI ORANG DENGAN HIV AIDS (ODHA) MENGHADAPI STIGMA MASYARAKAT (Vol. 1). Jawa Barat: Lugas, Jurnal Komunikasi.
- Missah, C. L. (2014). KOMUNIKASI ANTARPRIBADI PADA ORANG TUA LANJUT USIA DI PANTI RUMAH DOA KANAAN (Vol. 3). Jurnal Acta Diurna.
- Putri, S. D., & Azeharie, S. (2021). Strategi Pengelolaan Komunikasi dalam Membentuk Personal Branding di Media Sosial Tiktok (Vol. 05). Tarumanagara: Koneksi.
- Saftri, R. S., & Retnasary, M. (2020). Strategi Komunikasi Guru SMA Alfa Centuri Bandung Masa Pembelajaran Online di Situasi Pandemi COVID-19 (Vol. 04). Bandung: KOMUNIKOLOGI, Jurnal Pengembangan Ilmu Komunikasi dan Sosial.
- Suciawati, H. (2021). Kemampuan Komunikasi Membaca Puisi Siswa Kelas IV SD Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Think, Talk, Write (TTW) (Vol. 5). Medan: KOMUNIKOLOGI: Jurnal Pengembangan Ilmu Komunikasi dan Sosial.
- Wiryanto. (2004). Pengantar Ilmu Komunikasi. Jakarta: PT. Grasindo.

