

PERAN ANGGOTA KELUARGA ADIYUSWA DALAM *PRO-ENVIRONMENTAL BEHAVIOR (PEB)* UNTUK MENCAPAI TUJUAN PEMBANGUNAN BERKELANJUTAN (SDGs)

Aldani Putri Wijayanti

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Email korespondensi: aldaniwijayanti@lecturer.undip.ac.id

Pendahuluan

Adiyuswa atau anggota keluarga lanjut usia (lansia) adalah kelompok yang perlu mendapat perhatian khusus untuk berperan dalam pembangunan berkelanjutan atau *Sustainable Development Goals (SDGs)*. Adiyuswa, yang menurut definisi Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional adalah manusia lanjut usia atau kelompok usia 60 tahun ke atas, memberikan kontribusi penting pada masyarakat sebagai anggota keluarga ([BKKBN], 2020a). Interaksi antara anggota keluarga adiyuswa dengan keluarga inti maupun keluarga besar, serta aktivitas kesehariannya seringkali menjadi perhatian. Tidak seperti usia *emerging adult* (18-29 tahun) maupun usia dewasa produktif (26-45 tahun), rentang usia adiyuswa biasanya menghabiskan banyak waktu di rumah (Arnett et al., 2014). Kesempatan ini sangat berharga untuk menjadikan adiyuswa sebagai sasaran edukasi pro-lingkungan, mengingat mayoritas waktu yang didedikasikan untuk lingkungan rumahnya.

Pemanasan global dan pesatnya peningkatan usia penduduk adalah dua tantangan global utama di abad ke-21. Tim National Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (2020) melakukan riset bahwa pertumbuhan populasi adiyuswa di Indonesia akan meningkat. Negara ini sedang mengalami transisi

bertahap menjadi masyarakat yang menua ([TNP2K], 2020). Ditambah, rata-rata anggota keluarga adiyuswa di Indonesia juga rentan terhadap masalah kesehatan yang terkait dengan kondisi sosial dan ekonomi (Djamhari et al., 2020). Studi dari Pillemer et al. (2021) menunjukkan bahwa adiyuswa sangat rentan terhadap dampak perubahan iklim karena faktor-faktor seperti terbatasnya mobilitas dan perubahan fisiologis. Keadaan ini dapat membatasi kapasitas kelompok untuk beradaptasi secara efektif terhadap perubahan lingkungan dan memperparah kondisi kesehatan fisiknya (Pillemer et al., 2021). Selain itu, anggota keluarga adiyuswa lebih rentan terhadap suhu ekstrem dan menghadapi risiko kematian yang jauh lebih tinggi selama peristiwa cuaca ekstrem akibat dampak perubahan iklim (Pillemer et al., 2021; Rhoades et al., 2018).

Reviu ini adalah studi naratif berdasarkan literatur dan kajian regulasi terkait pentingnya *pro-environmental behavior* di lingkup anggota keluarga adiyuswa. Adiyuswa berdaya tanpa hendaya kesehatan mental dan fisik dapat dilatih untuk pendidikan pro-lingkungan demi penguatan di berbagai sektor yang mendukung pembangunan berkelanjutan (*sustainable development goals/SDGs*). Secara umum, studi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan memberikan informasi yang relevan berkaitan dengan anggota keluarga adiyuswa dan beragam intervensi yang bisa dilakukan untuk meningkatkan keterlibatan kelompok dengan perilaku pro-lingkungan. Secara khusus, studi ini bertujuan untuk memberikan informasi tentang 1) Ragam *pro-environmental behavior* dan manfaatnya untuk anggota keluarga adiyuswa; 2) Penguatan program adiyuswa tangguh dengan memasukkan kurikulum pro-lingkungan; dan 3) Aksesibilitas terhadap program pro-lingkungan di kalangan adiyuswa.

Pro-Environmental Behavior Pada Adiyuswa

Pro-Environmental Behavior (PEB) atau perilaku pro-lingkungan, atau disebut juga perilaku sadar lingkungan, mengacu pada setiap tindakan individu dalam berbagai bentuk yang bermanfaat untuk lingkungan (Demarque & Girandola, 2017; Mesmer-Magnus et al., 2013; Nu'man & Novianti, 2021). PEB juga diartikan sebagai usaha individu untuk mencegah dan melindungi lingkungan yang termanifestasi dalam bentuk menjaga alam ataupun menangani isu-isu lingkungan (Steg et al., 2014; Stern, 2000). Istilah-istilah lain yang digunakan sebagai sinonim PEB di antaranya: *environmental behavior*, *ecological behavior*, *environmentally-friendly behavior*, *environmentally significant behavior*, *environmentally related behavior* (Kurusu, 2015; Nu'man & Novianti, 2021). Secara khusus, dalam revidi ini penulis mendefinisikan PEB sebagai perilaku yang berkontribusi pada perlindungan, pelestarian, dan keberlanjutan lingkungan.

PEB mulanya digaungkan karena kesadaran maraknya aktivitas keseharian manusia yang berdampak buruk untuk lingkungan, serta berisiko untuk manusia yang tinggal di lingkungan tersebut (Kurusu, 2015). Contoh PEB secara umum menurut Palupi dan Sawitri (2017) misalnya mendaur ulang sampah, mengurangi limbah, menghemat energi dan air, menggunakan produk ramah lingkungan, dan menggunakan pilihan transportasi yang ramah lingkungan. Sementara, menurut penelitian Stern (2000), yang meneliti 17 perilaku lingkungan, tiga kategori perilaku berikut ini dapat digolongkan sebagai PEB yakni: pembelian ramah lingkungan, mendaur ulang, dan berpartisipasi dalam gerakan mendukung lingkungan. Penerapan PEB sering kali dimotivasi oleh rasa tanggung jawab terhadap lingkungan dan keinginan menyelamatkan lingkungan yang

dihuni saat ini untuk generasi mendatang, serta nilai-nilai dan keyakinan pribadi.

Banyak kajian menegaskan bahwa kepedulian seorang individu terhadap lingkungan memang cenderung mendorong individu tersebut untuk melakukan praktek PEB, seperti perilaku belanja ramah lingkungan (Kimura, 2015; Markle, 2013), perilaku konsumsi bahan bakar (Veziroglu & Macário, 2011), penggunaan energi (Poortinga et al., 2004), dan ragam PEB lainnya. Secara umum, kepedulian terhadap lingkungan sangat penting untuk PEB. Namun, teori yang menjelaskan alasan seorang individu mau terlibat dalam PEB bisa dikaji dari banyak perspektif, misalnya teori perilaku terencana, teori aktivasi norma, dan teori nilai-kepercayaan-norma, serta teori sosial-kognitif (Sawitri et al., 2015; Kurisu, 2015). Dengan menekankan keterkaitan antara individu dan lingkungan, komunitas akan lebih cenderung merasa bertanggung jawab untuk melindungi lingkungan dan mengambil tindakan untuk mengatasi masalah lingkungan (Kurusu, 2015; McDonald et al., 2014).

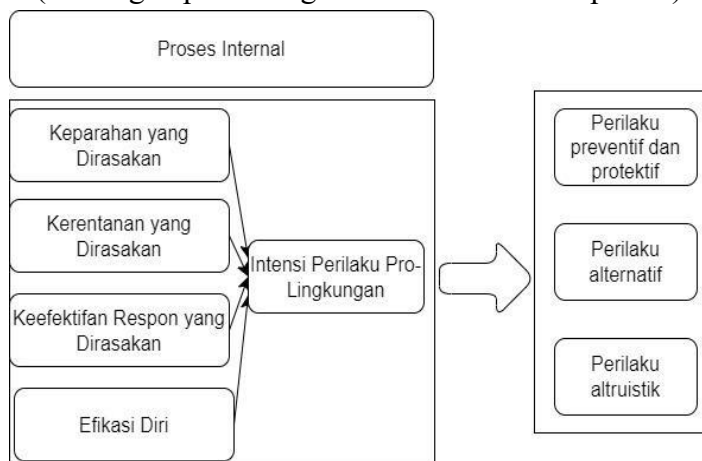
Sejumlah besar penelitian dalam domain PEB memang berfokus pada emosi negatif seperti rasa bersalah jika melakukan tindakan yang merusak lingkungan atau boros energi (Poortinga et al., 2004; Tam, 2019; Wang et al., 2021). Namun, emosi internal positif dari individu seperti rasa bangga, cenderung berhubungan positif dengan perilaku ramah lingkungan. Sebagai contoh, penelitian oleh Bissing-Olson et al. (2016) menemukan bahwa partisipan yang mengalami kebanggaan lebih cenderung terlibat dalam PEB ketika terdapat keyakinan positif kelompok tentang sikap jaringan sosial terhadap lingkungan. Dengan keteraturan belajar dan meningkatnya jumlah individu yang mengubah perilaku kelompok demi lingkungan sekitar yang

positif, maka dapat menimbulkan emosi positif pula (*better well-being*), yang pada akhirnya dapat memperkuat motif untuk terlibat dalam PEB (Gagliardi et al., 2020; Tam & Chan, 2017).

Pada prinsipnya, masyarakat dapat termotivasi untuk terlibat dalam PEB karena alasan hedonis, misalnya, karena memelihara lingkungan sekitarnya adalah hal menyenangkan (Kimura, 2015). Terdapat pula alasan keuntungan misalnya karena melakukan PEB secara tidak langsung juga menghemat uang (Kimura, 2015). Terakhir, disebabkan alasan normatif, contohnya saat masyarakat berpikir bahwa melindungi lingkungan adalah hal yang memang seharusnya dilakukan (Kurisu, 2015; Sawitri et al., 2015). Oleh karena itu, bisa disimpulkan bahwa PEB seringkali melibatkan konflik antara tujuan normatif melawan tujuan hedonis dan keuntungan. Konflik antara tujuan normatif, hedonis, dan keuntungan ini akan menentukan intensi dalam diri individu atau yang lebih dikenal dengan proses internal.

Jika dijabarkan dalam analisa konsep, proses internal terkait PEB berhubungan dengan empat domain persepsi yang mengarah pada niat perilaku. Faktor internal mempengaruhi perilaku yang terdiri dari pencegahan dan perlindungan, alternatif, dan altruisme (Kim, 2017) (Gambar 1). Misalnya jika diilustrasikan, ketika seorang lansia memiliki pengalaman langsung yang terkait dengan kerusakan lingkungan, atau kecemasan karena melihat perbedaan dari lingkungan yang ia tempati tidak lagi sama bersih, atau merasakan sendiri manfaat dari mendaur ulang sampah organik dapur, maka kelompok memiliki keyakinan diri yang lebih untuk melakukan tindakan yang melestarikan lingkungan serta PEB lainnya. Melalui intensi untuk berbuat PEB, akan menimbulkan klasifikasi perilaku pro-lingkungan seperti preventif dan protektif (misalnya, membeli

barang yang memiliki nilai ketahanan), perilaku alternatif (mengolah persediaan makanan dari kebun sendiri), dan perilaku altruistik (mencegah pembuangan limbah kimia dari pabrik).



Gambar 1. Kerangka Teoretis PEB (Kim, 2017)

Dalam analisis klasifikasi perilaku pro-lingkungan, diperlukan kajian untuk lapisan masyarakat yang berbeda. Pada kalangan sosio-ekonomi menengah ke bawah misalnya, kesadaran lingkungan dan perilaku hemat energi dapat memperkuat gaya hidup sehat dan juga menjadi pilihan yang ekonomis (Liu & Koivula, 2021). Lain halnya dengan kalangan sosio-ekonomi atas yang menjadikan perilaku pro-lingkungan sebagai tren dan memiliki sumber daya yang lebih baik. Sebagai contoh, kalangan sosio-ekonomi atas memiliki lebih banyak penghasilan yang dapat dibelanjakan untuk berinvestasi pada produk yang berkelanjutan, seperti mobil listrik atau panel surya (Kimura, 2015). Kalangan sosio-ekonomi atas juga memiliki lebih banyak waktu dan fleksibilitas untuk mengadopsi praktik-praktik perilaku berkelanjutan, seperti membuat kompos atau mendaur ulang, yang membutuhkan upaya dan komitmen tertentu (Eom et al., 2018; Tam & Chan, 2017). Sumber daya waktu, komitmen, dan fleksibilitas ini turut dimiliki oleh anggota

keluarga adiyuswa dibandingkan individu pada tahapan perkembangan lainnya (Gagliardi et al., 2020).

Davignon et al. (2022) mengeksplorasi hubungan antara kegiatan yang terorganisir di masa remaja dan PEB di masa dewasa, dengan PEB yang bertindak sebagai mediator. Studi ini menunjukkan bahwa partisipasi dalam kegiatan terorganisir selama masa remaja dapat memprediksi PEB di masa dewasa, dan hubungan ini sebagian dimediasi oleh PEB. Temuan ini menekankan pentingnya menumbuhkan PEB sedini mungkin melalui partisipasi dalam kegiatan yang terorganisir selama masa remaja untuk mempromosikan perilaku berkelanjutan di masa dewasa, bahkan sampai ke masa lansia.

Saat ini, skala Perilaku Pro-Lingkungan atau *Pro-Environment Behavior Scale* (PEBS) tidak secara khusus dikembangkan untuk digunakan pada populasi geriatri (Markle, 2013). Fokus dari studi Markle (2013) adalah 303 mahasiswa dengan aitem PEBS seputar konservasi, aktivis lingkungan, makanan, dan transportasi. Namun, potensi untuk skala ini dapat diadaptasi dan diterapkan pada kelompok adiyuswa sangat tinggi dengan beberapa modifikasi. Sebagai contoh, dalam sebuah penelitian oleh Kim (2017), PEBS diadaptasi untuk digunakan pada orang dewasa yang lebih tua dan diuji reliabilitas dan validitasnya. Pada studi tersebut, peneliti membuat beberapa modifikasi pada kata-kata dari aitem-aitemnya agar lebih relevan dan dapat dimengerti oleh kelompok dewasa menengah. Dengan cara yang sama, ada peluang penelitian untuk adaptasi PEBS pada kelompok dan anggota keluarga adiyuswa.

Studi Kim (2017) dan Kimura (2015) juga menambahkan dimensi baru perilaku *pro-environment* yang disebut "Konservasi Perilaku Kesehatan". Dimensi ini mencakup aitem yang berkaitan dengan perilaku yang mendorong penuaan yang

sehat (*healthy aging*) dan mencegah masalah kesehatan, contohnya dengan berolahraga secara teratur dan melakukan pemeriksaan rutin. Meski tidak langsung terkait dengan domain lingkungan, nyatanya konsistensi terhadap pengecekan kesehatan rutin dapat berkontribusi terhadap kepedulian ke lingkungan eksternal karena adanya regulasi diri yang baik secara internal (Kurisu, 2015).

Manfaat PEB bagi Adiyuswa

Riset dari Przywojska et al. (2022) berpendapat bahwa keterlibatan aktif pada kegiatan lingkungan dapat memberikan banyak manfaat bagi adiyuswa, termasuk peningkatan kesehatan fisik dan mental, peningkatan interaksi sosial, dan rasa memiliki tujuan (*sense of purpose*). *Sense of purpose* ini sendiri dapat mengurangi risiko depresi dan *loneliness* atau kesepian pada anggota keluarga adiyuswa (Olivos & Clayton, 2017). Adiyuswa bisa semakin berdaya jika pemerintah dan lembaga terkait dapat menciptakan peluang bagi kelompok untuk berpartisipasi dalam proses pengambilan keputusan yang berkaitan dengan isu-isu lingkungan (Przywojska et al., 2022). Terlebih lagi, kebiasaan pro-lingkungan atau PEB pada adiyuswa dapat mengurangi risiko fenomena “*Empty Nest Syndrome*” atau rasa kesepian akibat ditinggalkan anak-anak dan cucu (Su et al., 2020). Pada tahap perkembangannya, adiyuswa umumnya harus berada di rumah hanya dengan pasangan atau sendirian jika pasangannya telah meninggal dunia (Su et al., 2020). Adanya kegemaran dan atensi pada perilaku pro-lingkungan meningkatkan kesejahteraan psikologisnya sehingga tidak ada perasaan kesepian karena keterlibatan di lingkungan sosialnya (Su et al., 2020).

Hubungan positif mengenai PEB dan kesejahteraan psikologis marak diteliti di kalangan adiyuswa. Adiyuswa yang

terlibat dalam PEB sering kali melaporkan bahwa kelompok merasa memiliki rasa tanggung jawab terhadap generasi mendatang dan lingkungan (Kimura, 2015). Rasa tanggung jawab ini dapat memberikan rasa tujuan dan makna dalam hidup, yang dikaitkan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis (Kimura, 2015; Olivos & Clayton, 2017; Ouyang et al., 2022).

Kesejahteraan psikologis mengacu pada rasa bahagia, kepuasan hidup, dan ketiadaan sisi negatif seperti stres, kecemasan, dan depresi (Ouyang et al., 2022). Penelitian telah menunjukkan bahwa PEB dapat berdampak positif pada kesejahteraan psikologis di kalangan adiyuswa. Adiyuswa yang terlibat dalam PEB cenderung melaporkan tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi. Selain itu, PEB telah terbukti mengurangi tingkat stres dan kecemasan di kalangan adiyuswa. Salah satu penyebab adanya hubungan positif antara PEB dan kesejahteraan psikologis adalah perilaku tersebut meningkatkan *sense of control* atau menumbuhkan otonomi antara individu dengan lingkungan. Adiyuswa yang terlibat dalam PEB merasa memiliki kendali yang lebih besar atas hidup kelompok sehingga dapat meningkatkan perasaan bahagia dan kepuasan hidup (Wang et al., 2021). Selain itu, terlibat dalam PEB secara tidak langsung membuat individu melakukan interaksi sosial, seperti berpartisipasi dalam acara bersih-bersih komunitas atau bergabung dengan kelompok lingkungan (Kimura, 2015; Olivos & Clayton, 2017; Su et al., 2015). Interaksi sosial ini dapat menumbuhkan rasa memiliki (*sense of belonging*) dan keterhubungan sosial bagi adiyuswa, yang juga terkait dengan peningkatan kesejahteraan psikologis (Olivos & Clayton, 2017).

Selain itu, dengan aktif terlibat dalam PEB, anggota keluarga adiyuswa dapat berkontribusi dalam mengurangi perubahan iklim. Upaya ini dapat mengarah pada pelestarian

ekosistem, udara dan air yang lebih bersih, serta lingkungan yang lebih sehat bagi semua orang, termasuk lansia itu sendiri (Pillemer et al., 2021). Adiyuswa yang berasal dari kalangan sosio-ekonomi atas juga menganggap tren pro-lingkungan sebagai tren yang meningkatkan status sosial kelompok (Tam & Chan, 2017). Beberapa adiyuswa dari kalangan sosio-ekonomi lebih tinggi cenderung memiliki dampak yang lebih besar terhadap lingkungan. Kalangan tersebut mengonsumsi lebih banyak sumber daya dan menghasilkan lebih banyak sampah dibandingkan kelompok yang berasal dari latar belakang sosial ekonomi yang lebih rendah. Hal ini sebagian disebabkan oleh fakta bahwa kelompok memiliki akses yang lebih besar terhadap sumber daya, seperti energi, air, dan transportasi yang memungkinkan kelompok untuk mengonsumsi lebih banyak. Selain itu, kelompok sosio-ekonomi atas lebih cenderung terlibat dalam aktivitas tinggi karbon, seperti perjalanan jarak jauh atau konsumsi barang mewah yang memiliki dampak signifikan terhadap lingkungan (Kimura, 2015).

Selain manfaat eksternal untuk alam, terdapat manfaat internal antara lingkungan dan kesehatan fisik adiyuswa yang didukung oleh Loureiro dan Veloso (2017). Dalam studinya, kelompok adiyuswa gemar melakukan *green exercise* atau olahraga hijau yang merupakan aktivitas fisik atau olahraga yang dilakukan sambil berdekatan dengan alam. Olahraga hijau dapat dilakukan dalam berbagai bentuk seperti bersepeda, berenang, berlari kecil, dan berjalan kaki (Loureiro & Veloso, 2017). Olahraga ini dapat dilakukan sendiri atau bersama orang lain, dengan tujuan meningkatkan kesehatan, atau bersama dengan tujuan lain seperti rekreasi, interaksi sosial, promosi kesehatan, dan pendidikan lingkungan atau PEB itu sendiri (Gagliardi et al., 2020; Loureiro & Veloso, 2017). Dengan kata lain, aktivitas fisik

dan olahraga memupuk PEB pada lansia dan berpotensi meningkatkan kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis.

Selain itu, terlibat dalam PEB dapat memberikan dampak kesehatan yang positif bagi populasi adiyuswa (Gagliardi et al., 2020; Su et al., 2020). Sebagai contoh, mengurangi polusi udara melalui penggunaan transportasi ramah lingkungan dapat meningkatkan kesehatan pernapasan yang sangat penting bagi kelompok yang memiliki kondisi kesehatan yang sudah ada sebelumnya. Ditambah, ketika melakukan PEB, adiyuswa dapat terkoneksi dengan alam lalu melakukan meditasi. Meditasi sebagai upaya *mindfulness* di alam atau dengan elemen-elemen alam juga diketahui dapat meningkatkan keterhubungan dengan alam (Ray et al., 2021; Unsworth et al., 2016).

Intervensi PEB pada Program Kurikulum Sekolah Adiyuswa

Adiyuswa tangguh didefinisikan sebagai individual atau kelompok lanjut usia berumur 60 ke atas yang memiliki ciri sehat, mandiri, aktif, dan produktif (BKKBN, 2020b). Terdapat beberapa dimensi adiyuswa tangguh yang dipromosikan secara kontinu oleh BKKBN (2020a), di antaranya: dimensi spiritual, intelektual, fisik, emosional, sosial kemasyarakatan, profesional vokasional dan lingkungan. Demi kemudahan implementasi skala nasional, dimensi ini kemudian termanifestasi dalam kurikulum sekolah adiyuswa.

Pada kurikulum sekolah adiyuswa ini terdapat beberapa mata pelajaran, misalnya ada latihan tepuk lansia sehat, materi demensia/alzheimer/pikun, sindrom geriatri (penyakit degeneratif (termasuk hipertensi dan diabetes mellitus), relaksasi otot progresif, gangguan psikologis pada lansia (stres, cemas, dan depresi), gizi lansia, menu sehat lansia, peran lansia mencegah stunting dalam periode pengasuhan cucunya

(BKKBN, 2020a). Sayangnya, kurikulum sekolah adiyuswa belum memfasilitasi dimensi lingkungan sebagaimana yang tercantum dalam dimensi adiyuswa tangguh. Memasukkan beberapa indikator perilaku pro-lingkungan membuat dimensi adiyuswa tangguh dapat dipraktikkan dengan lebih sistematis dan penerapannya nanti dapat diasesmen dengan komprehensif.

Lingkungan mencakup segala sesuatu yang ada di sekitar manusia dan mempengaruhi perkembangan kehidupan manusia. Untuk menciptakan wilayah yang ramah lansia, lingkungan dapat dikategorikan menjadi dua jenis: lingkungan fisik dan non-fisik (BKKBN, 2020b). Lingkungan fisik meliputi area untuk beraktivitas, kebersihan dan higienitas, serta lingkungan alam yang aman dan nyaman. Lingkungan non-fisik terdiri dari lingkungan mental, spiritual, dan sosial budaya. Demi mewujudkan lingkungan ramah manusia yang kondusif bagi kualitas hidup, mengelola 3 R dapat menjadi pendekatan yang efektif. 3 R ini meliputi: *Reduce* - mengurangi penggunaan, *Reuse* - menggunakan barang kembali, dan *Recycle* - mendaur ulang barang. BKKBN (2020b) mencanangkan rangkaian kegiatan ini dengan harapan agar lingkungan dapat dikelola secara efektif untuk memberikan manfaat bagi para lansia dan mempromosikan komunitas yang ramah lansia.

Perilaku hemat daya/konservasi	Aktivitas Lingkungan	Makanan	Transportasi
Tidak menggunakan mode siaga pada peralatan atau perangkat elektronik	Terlibat dalam kampanye pro-lingkungan dalam kelompok/organisasi	Meningkatkan konsumsi buah dan sayuran yang ditanam secara organik	Menggunakan angkutan umum
Mengurangi penggunaan pemanas atau pendingin ruangan	Menjadi anggota kelompok lingkungan, konservasi, atau	Tidak menyisakan makanan di piring	Berjalan kaki atau bersepeda daripada

Perilaku hemat daya/konservasi	Aktivitas Lingkungan	Makanan	Transportasi
untuk membatasi penggunaan energi	perlindungan satwa liar		mengemudi motor/mobil
Mematikan keran saat menggosok gigi dan mencuci piring (menggunakan air seperlunya)	Membuang sampah pada tempatnya dan mengelompokkan sesuai kategori (organik-non organik)	Hanya membeli makanan produksi lokal	Memilih tiket kendaraan yang memiliki donasi karbon (<i>carbon neutral fee</i>)
Belanja dengan tas blacu/kantong belanja dan bukan plastik	Selalu membuang produk yang tidak dapat dibakar dengan benar	Menggunakan sedotan aluminium	Memilih bahan bakar ramah lingkungan (biodiesel)
Menunggu hingga muatan penuh untuk menggunakan mesin cuci	Menonton program televisi, film, atau video internet tentang isu-isu lingkungan	Memilih menjadi vegetarian	Menumpang mobil/mengisi muatan mobil hingga kapasitas penumpang maksimal
Membatasi waktu di kamar mandi untuk menghemat air	Partisipasi dalam acara lingkungan hidup	Memilih produk dengan logo daur ulang pada kemasan	Mengurangi penerbangan yang tidak penting (jarak pendek)
Mematikan lampu saat	Berbicara dengan orang lain tentang perilaku pro-	Makan dua kali lebih sedikit	Menggunakan tangga daripada lift

Perilaku hemat daya/konservasi	Aktivitas Lingkungan	Makanan	Transportasi
meninggalkan ruangan	lingkungan kelompok	makanan berbahan dasar daging per minggu	
Mematikan TV ketika meninggalkan ruangan	Berdonasi kepada kelompok lingkungan, konservasi, atau perlindungan satwa liar	Meningkatkan pembelian makanan organik atau yang bersertifikat/terjamin (<i>fair trade</i>)	Berkendara dengan lebih ekonomis

Tabel 1. Ragam PEB dan kategorinya (Kimura, 2015; Markle, 2013; Marwood et al., 2023; McDonald et al., 2014)

Melalui tabel di atas, diketahui bahwa ragam PEB di lingkungan masyarakat sangat potensial diterapkan oleh anggota keluarga adiyuswa tanpa hendaya fisik maupun psikologis yang berarti. Namun, terdapat beberapa alasan individu tidak dapat langsung menerapkan PEB. Banyak dampak dari masalah lingkungan dianggap sebagai sesuatu yang bersifat sementara (Weber, 2017). Akibatnya, terdapat kelompok yang berpikir bahwa masalah-masalah ini tidak mengancam langsung di masa sekarang dan dengan demikian punya alasan logis untuk fokus pada pemenuhan keinginan saat ini dan tidak melakukan tindakan pro-lingkungan (Carmi & Kimhi, 2015; Weber, 2017). Konflik temporal ini merupakan sifat yang melekat pada dilema sosial terkait lingkungan (Tam & Chan, 2017). Oleh karena itu, saat memberikan pendidikan pro-lingkungan kepada kelompok adiyuswa, penting untuk memperhatikan kebutuhan khusus

kelompok. Dalam banyak kasus, kelompok adiyuswa berisiko menghadapi tantangan fisik atau mental tertentu, sehingga pendekatan yang tepat dan sensitif sangat diperlukan (Valois et al., 2020). Jika promosi dan edukasi berkelanjutan mampu dijalankan, anggota keluarga adiyuswa yang memiliki kepedulian lingkungan akan memilih untuk bekerja sama demi hasil lingkungan yang lebih baik di masa depan.

Simpulan

Sepanjang pengetahuan penulis, studi ini merupakan studi pertama yang membahas mengenai PEB atau perilaku pro-lingkungan yang dikaitkan langsung dengan populasi kelompok adiyuswa. Secara khusus, studi ini menggambarkan bahwa pada anggota keluarga adiyuswa, motivasi untuk berperilaku pro-lingkungan didominasi oleh kepercayaan (*belief*) bahwa itu adalah hal yang sepatutnya dilakukan dan secara pribadi bermakna bagi individu. Hanya saja, PEB memang terbatas promosinya dengan menargetkan adiyuswa yang sudah berdaya dan memiliki kesejahteraan (*well-being*), yakni adiyuswa yang hidup di lingkungan nyaman dengan aktivitas beragam, mampu mengurus diri secara mandiri, dan berada dalam kondisi fisik yang baik.

Mempromosikan PEB di kalangan adiyuswa membutuhkan pendekatan unik yang mempertimbangkan kebutuhan dan keadaan kelompok. Beberapa anggota keluarga adiyuswa memiliki sumber daya finansial dan mobilitas yang terbatas, sedangkan lansia yang lain memiliki pendapatan yang lebih besar dan fleksibilitas yang lebih besar dalam memilih gaya hidup. Oleh karena itu, strategi yang digunakan untuk mempromosikan hidup berkelanjutan di kalangan lansia perlu disesuaikan dengan kebutuhan dan keadaan kelompok, begitu

pula dengan lingkungan tempat mereka tinggal, baik itu di urban, sub-urban, maupun area rural.

Salah satu pendekatan yang penting adalah dengan mempromosikan praktik-praktik berkelanjutan di panti wreda dan kampanye lansia tangguh dari BKKBN. Pada prakteknya dapat mencakup kebijakan dan praktik yang mendorong efisiensi energi, pengurangan limbah, dan transportasi berkelanjutan. Sebagai contoh, panti wreda dapat memasang lampu LED dan peralatan hemat energi, mendorong penggunaan bahan yang dapat digunakan kembali atau bahan kompos, dan menyediakan akses ke transportasi umum atau kendaraan bersama. Pendekatan lainnya adalah dengan memberikan edukasi dan kampanye peningkatan kesadaran yang mempromosikan PEB di kalangan adiyuswa yang hidup sendirian. Mengenalkan manfaat PEB dalam kehidupan keseharian dan potensi peningkatan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup.

Temuan-temuan dari reviu ini memberikan saran-saran penting untuk kampanye lingkungan dan kebijakan yang bertujuan untuk mempromosikan PEB, termasuk mengintegrasikan PEB dalam kurikulum sekolah adiyuswa yang dapat dicanangkan oleh BKKBN ke depannya. Ketika merancang intervensi dan kebijakan untuk mempromosikan tindakan PEB, fokus para pemangku kebijakan sering kali dititikberatkan pada pengurangan biaya pribadi yang dikeluarkan dan meningkatkan manfaat lingkungan yang terkait dengan perilaku tersebut secara individual. Misalnya, memberikan kemudahan akses transportasi umum dan diskon untuk adiyuswa tentu bisa menjadi masukan kebijakan untuk diterapkan oleh pemerintah.

PEB dapat berdampak positif pada kesejahteraan psikologis anggota keluarga adiyuswa. Terlibat dalam PEB dapat

meningkatkan rasa kontrol terhadap lingkungan, memberikan interaksi sosial dan rasa memiliki, serta memberikan tujuan dan makna dalam hidup. Oleh karena itu, mempromosikan PEB di kalangan adiyuswa dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis kelompok. Terlibat dalam perilaku lingkungan tidak hanya membuat adiyuswa dapat berperan aktif dalam membentuk masa depan yang berkelanjutan, tetapi juga memberdayakan kelompok untuk menjadi penggerak lingkungan dan menginspirasi generasi muda untuk mengikutinya.

Daftar Pustaka

- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, *1*(7), 569–576. [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(14\)00080-7](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(14)00080-7)
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional [BKKBN]. (2020a). Panduan bina keluarga lansia integrasi: Lansia sehat, aktif, mandiri, produktif & bermartabat. Direktorat Bina Ketahanan Keluarga Lansia dan Rentan. https://golantang.bkkbn.go.id/publikasi_golantang/9/download
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional [BKKBN]. (2020b). *GoLantang - Lansia Tangguh*. (2020, May 1). Retrieved April 16, 2023, from <https://golantang.bkkbn.go.id/lansia-tangguh-dengan-7-dimensi>
- Bissing-Olson, M. J., Fielding, K. S., & Iyer, A. (2016). Experiences of pride, not guilt, predict pro-environmental behavior when pro-environmental

- descriptive norms are more positive. *Journal of Environmental Psychology*, 45, 145–153. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2016.01.001>
- Carmi, N., & Kimhi, S. (2015). Further than the eye can see: Psychological distance and perception of environmental threats. *Human and Ecological Risk Assessment*, 21(8), 2239–2257. <https://doi.org/10.1080/10807039.2015.1046419>
- Davignon, L., Poulin, F., & Denault, A. (2022). Organized activities in adolescence and pro-environmental behaviors in adulthood: The mediating role of pro-environmental attitudes. *Journal of Adolescence*, 95(2), 284–295. <https://doi.org/10.1002/jad.12113>
- Demarque, C., & Girandola, F. (2017). Commitment and pro-environmental behaviors: Favoring positive human-environment interactions to improve quality of life. In G. Fleury-Bahi, E. Pol, & O. Navarro (Eds.), *Handbook of Environmental Psychology and Quality of Life Research* (pp. 197–210). Springer International Publishing/Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-319-31416-7_11
- Djamhari, E. A., Ramdlaningrum, H., Layyinah, A., Chrisnahutama, A., & Prasetya, D. (2020). Kondisi kesejahteraan lansia dan perlindungan sosial lansia di Indonesia. *Laporan Riset*. Perkumpulan PRAKARSA: Welfare Initiative for Better Societies. <https://repository.theprakarsa.org/media/publications/337888-kondisi-kesejahteraan-lansia-dan-perlind-c7603c72.pdf>
- Eom, K., Kim, H., & Sherman, D. H. (2018). Social class, control, and action: Socioeconomic status differences in

- antecedents of support for pro-environmental action. *Journal of Experimental Social Psychology*, 77, 60–75. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2018.03.009>
- Gagliardi, C., Pillemer, K., Gambella, E., Piccinini, F., & Fabbietti, P. (2020). Benefits for older people engaged in environmental volunteering and socializing activities in city parks: Preliminary results of a program in Italy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 3772. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113772>
- Kim, H. (2017). Development and validation of the pro-environmental behaviour scale for women’s health. *Journal of Advanced Nursing*, 73(5), 1235-1244. <https://doi.org/10.1111/jan.13233>
- Kurusu, K. (2015). *Pro-environmental Behaviors*. In Springer eBooks. <https://doi.org/10.1007/978-4-431-55834-7>
- Liu, M., & Koivula, A. (2021). Silver Spoon and Green Lifestyle: A National Study of the Association between Childhood Subjective Socioeconomic Status and Adulthood Pro-Environmental Behavior in China. *Sustainability*, 13(14), 7661. <https://doi.org/10.3390/su13147661>
- Loureiro, A., Veloso, S. (2017). Green exercise, health and well-being. In: Fleury-Bahi, G., Pol, E., Navarro, O. (Eds.), *Handbook of Environmental Psychology and Quality of Life Research. International Handbooks of Quality-of-Life*. Springer, Cham. https://doi-org.ezproxy.lib.gla.ac.uk/10.1007/978-3-319-31416-7_8
- Markle, G. (2013). Pro-Environmental behavior: Does it matter how it’s measured? Development and validation of the Pro-Environmental behavior scale (PEBS). *Human*

- Ecology*, 41(6), 905–914.
<https://doi.org/10.1007/s10745-013-9614-8>
- Marwood, S., Byrne, N., McCarthy, O., Heavin, C., & Barlow, P. (2023). Examining the relationship between consumers' food-related actions, wider pro-environmental behaviours, and food waste frequency: A case study of the more conscious consumer. *Sustainability*, 15(3), 2650. <https://doi.org/10.3390/su15032650>
- McDonald, R., Newell, B. R., & Denson, T. F. (2014). Would you rule out going green? The effect of inclusion versus exclusion mindset on pro-environmental willingness. *European Journal of Social Psychology*, 44(5), 507–513. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2040>
- Mesmer-Magnus, J., Viswesvaran, C., & Wiernik, B. M. (2013). The role of commitment in bridging the gap between organizational and environmental sustainability. *Global Business and Organizational Excellence*, 32(5), 86–104. <https://doi.org/10.1002/joe.21506>
- Nu'man, T. M., & Noviati, N. P. (2021). Perilaku sadar lingkungan dalam perspektif theory of planned behavior: Analisis terhadap intensi penggunaan kantong dan sedotan plastik pada mahasiswa. *Jurnal Ecopsy*, 8(2), 165. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.2021.10.016>
- Olivos, P., & Clayton, S. (2017). Self, nature and well-being: Sense of connectedness and environmental identity for quality of life. In: Fleury-Bahi, G., Pol, E., Navarro, O. (Eds.), *Handbook of Environmental Psychology and Quality of Life Research. International Handbooks of Quality-of-Life*. Springer, Cham. https://doi-org.ezproxy.lib.gla.ac.uk/10.1007/978-3-319-31416-7_6

- Ouyang, X., Qi, W., Song, D., & Zhou, J. (2022). Does subjective well-being promote pro-environmental behaviors? Evidence from rural residents in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(10), 5992. <https://doi.org/10.3390/ijerph19105992>
- Palupi, T., & Sawitri, D. R. (2017). Hubungan antara sikap dengan perilaku pro-lingkungan ditinjau dari perspektif theory of planned behavior. *Proceeding Biology Education Conference*. *14*(1), 214-217.
- Pillemer, K., Cope, M. T., & Nolte, J. (2021). Older people and action on climate change: A powerful but underutilized resource. *Commissioned Report for HelpAge International*.
https://www.unescap.org/sites/default/d8files/event-documents/KPillemer_paper.pdf
- Poortinga, W., Steg, L., & Vlek, C. (2004). Values, environmental concern, and environmental behaviour: A study into household energy use. *Environment and Behavior*, *36*(1), 70–93.
<https://doi.org/10.1177/0013916503251466>
- Przywojska, J., Podgórnjak-Krzykacz, A., & Warwas, I. (2022). Environmental education of the elderly – towards an active, inclusive and trust-based ecosystem. *Innovation: The European Journal of Social Science Research*, 1–28.
<https://doi.org/10.1080/13511610.2022.2134984>
- Ray, T. N., Franz, S. C., Jarrett, N. L., & Pickett, S. M. (2021). Nature enhanced meditation: Effects on mindfulness, connectedness to nature, and Pro-Environmental behavior. *Environment and Behavior*, *53*(8), 864–890.
<https://doi.org/10.1177/0013916520952452>

- Rhoades, J. L., Gruber, J. E., & Horton, B. (2018). Developing an in-depth understanding of elderly adult's vulnerability to climate change. *Gerontologist*, *58*(3), 567–577. <https://doi.org/10.1093/geront/gnw167>
- Sawitri, D. R., Suherman, S., & Hadi, S. P. (2015). Pro-environmental behavior from a social-cognitive theory perspective. *Procedia Environmental Sciences*, *23*, 27–33. <https://doi.org/10.1016/j.proenv.2015.01.005>
- Steg, L., Bolderdijk, J. W., Keizer, K., & Perlaviciute, G. (2014). An integrated framework for encouraging pro-environmental behaviour: The role of values, situational factors and goals. *Journal of Environmental Psychology*, *38*, 104–115. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2014.01.002>
- Stern, P. C. (2000). New environmental theories: Toward a coherent of environmentally significant behavior. *Journal of Social Issues*, *56*(3), 407–424. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00175>
- Su, D., Chen, Z., Zhang, C., Gong, G., Guo, D., Tan, M., Zhang, Y., Liu, Y., Chen, X., Chen, X., & Chen, Y. (2020). Effect of social participation on the physical functioning and depression of empty-nest elderly in china: Evidence from the china health and retirement longitudinal survey (CHARLS). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(24), 9438. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249438>
- Tam, K. (2019). Anthropomorphism of nature, environmental guilt, and pro-environmental behavior. *Sustainability*, *11*(19), 5430. <https://doi.org/10.3390/su11195430>
- Tam, K. J., & Chan, H. (2017). Environmental concern has a weaker association with pro-environmental behavior in

- some societies than others: A cross-cultural psychology perspective. *Journal of Environmental Psychology*, 53, 213–223. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2017.09.001>
- Tim National Percepatan Penanggulangan Kemiskinan [TNP2K]. (2020). *The Situation of the Elderly in Indonesia and Access to Social Protection Programs: Secondary Data Analysis*. Jakarta, Indonesia. <https://www.tnp2k.go.id/download/83338Elderly%20Study%20-%20Secondary%20Data%20Analysis.pdf>
- Unsworth, S. J., Palicki, S., & Lustig, J. (2016). The impact of mindful meditation in nature on self-nature interconnectedness. *Mindfulness*, 7(5), 1052–1060. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0542-8>
- Valois, P., Talbot, D., Bouchard, D., Renaud, J., Caron, M., Canuel, M., & Arrambourg, N. (2020). Using the theory of planned behavior to identify key beliefs underlying heat adaptation behaviors in elderly populations. *Population and Environment*, 41(4), 480–506. <https://doi.org/10.1007/s11111-020-00347-5>
- Veziroglu, A., & Macário, R. (2011). Fuel cell vehicles: State of the art with economic and environmental concerns. *International Journal of Hydrogen Energy*, 36(1), 25–43. <https://doi.org/10.1016/j.ijhydene.2010.08.145>
- Wang, Y., Hao, F., & Liu, Y. (2021). Pro-Environmental behavior in an aging world: Evidence from 31 countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1748. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041748>
- Weber, E. U. (2017). Breaking cognitive barriers to a sustainable future. *Nature Human Behaviour*, 1(1). <https://doi.org/10.1038/s41562-016-0013>