

Penyuluhan Kesehatan dan Sosial di Panti Tresna Wreda Yogyakarta

Health and Social Education at Tresna Wreda Nursing Home, Yogyakarta

Ratnawati Yuni Suryandari *

Ken Martina Kasikoen

Elsa Martini

Department of Regional and City
Planning, Engineering Faculty, Esa
Unggul University, Jakarta,
Indonesia

email: ratnawatiys@esaunggul.ac.id

Kata Kunci

Lansia
Kualitas hidup
Kesehatan mental
Keterampilan hidup
Panti tresna wreda

Keywords:

Older adults
Quality of life
Mental health
Life skills
Social care institution

Received: February 2026

Accepted: May 2026

Published: August 2026

Abstrak

Peningkatan populasi lanjut usia (lansia) di Indonesia menghadirkan tantangan pada aspek kesehatan fisik, psikologis, dan sosial. Lansia yang tinggal di panti sosial berisiko mengalami kesepian, penurunan fungsi kognitif, serta berkurangnya aktivitas bermakna yang berdampak pada kualitas hidup. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman kesehatan mental dan keterampilan hidup lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wreda (BPSTW) Abiyoso, Yogyakarta. Kegiatan melibatkan 17 peserta lansia dan dilaksanakan menggunakan pendekatan partisipatif melalui penyuluhan interaktif, diskusi kelompok kecil, serta praktik aktivitas terapeutik. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi partisipatif, dokumentasi aktivitas peserta, serta pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pemahaman kesehatan mental lansia. Hasil observasi menunjukkan bahwa intervensi berbasis aktivitas kelompok meningkatkan respons dan keterlibatan lansia dengan rata-rata peningkatan sebesar 31,8%. Selain itu, hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan rata-rata pemahaman peserta dari 58,8 menjadi 77,6 atau meningkat sebesar 31,9%. Perubahan positif juga terlihat pada aspek emosional dan kognitif lansia, yang ditandai dengan meningkatnya kepercayaan diri, fokus perhatian, dan komunikasi antarpeserta. Berdasarkan hasil tersebut, program penyuluhan kesehatan mental dan pelatihan keterampilan hidup memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan psikososial lansia di BPSTW Abiyoso Yogyakarta.

Abstract

The growing elderly population in Indonesia presents challenges to physical, psychological, and social health. Elderly individuals living in social care institutions are at risk of experiencing loneliness, cognitive decline, and reduced meaningful activities, all of which may negatively affect their quality of life. This community service program aimed to improve mental health awareness and life skills among elderly residents at Balai Pelayanan Sosial Tresna Wreda (BPSTW) Abiyoso. The program involved 17 elderly participants and was implemented using a participatory approach through interactive counseling sessions, small-group discussions, and therapeutic activities. Program evaluation was conducted through participatory observation, documentation of participants' activities, and pre-tests and post-tests to measure participants' level of understanding of elderly mental health. The observation results indicated that group activity-based interventions increased elderly responses and participation, with an average improvement of 31.8%. In addition, the pre-test and post-test results showed an increase in participants' average understanding score from 58.8 to 77.6, representing a 31.9% improvement. Positive changes were also observed in the emotional and cognitive aspects of the elderly, as reflected in increased self-confidence, attention focus, and communication among participants. Based on these findings, the mental health counseling and life skills training program had a positive impact on the psychosocial well-being of the elderly at BPSTW Abiyoso Yogyakarta.



© 2026 Ratnawati Yuni Suryandari, Ken Martina Kasikoen, Elsa Martini. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i8.12392>

PENDAHULUAN

Fenomena population ageing menjadi isu strategis dalam pembangunan sosial dan kesehatan di Indonesia. Meningkatnya angka harapan hidup berdampak pada bertambahnya proporsi lansia dalam struktur penduduk nasional. Kondisi ini menuntut kesiapan sistem pelayanan sosial dan kesehatan yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga kesejahteraan psikologis dan sosial lansia. Lansia merupakan kelompok yang rentan terhadap penurunan fungsi biologis, perubahan psikologis, serta keterbatasan peran sosial. Penurunan kondisi fisik sering kali diiringi oleh meningkatnya risiko gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, dan kesepian. Penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia sangat dipengaruhi oleh kemampuan perawatan diri, dukungan sosial, serta kondisi psikologis individu (Lestari *et al.*, 2023). Dengan demikian, pendekatan intervensi terhadap lansia perlu dilakukan secara komprehensif.

Kerentanan psikososial lansia menjadi lebih kompleks pada mereka yang tinggal di panti sosial. Lingkungan institusional berpotensi menciptakan rutinitas pasif dan keterbatasan interaksi sosial, yang pada akhirnya dapat menurunkan kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis lansia. Rizky *et al.* (2024) menegaskan bahwa tempat tinggal lansia memiliki hubungan erat dengan tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup, di mana lansia di panti sosial cenderung memiliki tantangan sosial-emosional lebih besar dibanding lansia yang tinggal di komunitas keluarga. Selain itu, kesepian menjadi determinan penting dalam kualitas hidup lansia. Studi empiris menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat kesepian dan kualitas hidup lansia di panti sosial (Noverinda *et al.*, 2025). Kondisi ini memperlihatkan bahwa intervensi berbasis sosial dan aktivitas memiliki relevansi tinggi dalam upaya peningkatan kesejahteraan lansia.

Pendekatan berbasis aktivitas produktif dan terapi aktivitas kelompok telah terbukti efektif dalam meningkatkan kondisi psikologis lansia. Aktivitas seperti terapi seni, terapi okupasi, dan kegiatan berkebun dapat memperkuat fungsi kognitif, meningkatkan interaksi sosial, serta mengurangi stres psikologis (Inayah & Kartinah, 2024). Oleh karena itu, program pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengintegrasikan penyuluhan kesehatan mental dengan pengembangan keterampilan hidup sebagai strategi peningkatan kualitas hidup lansia.

METODE

Program pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wreda Abiyoso, Sleman, Yogyakarta, dalam rentang waktu tiga bulan (Desember 2024 – Februari 2025). Kegiatan menggunakan pendekatan partisipatif-edukatif dengan menempatkan lansia sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran dan aktivitas. Peserta yang mengikuti program penyuluhan ini sebanyak 17 orang lansia. Pendekatan partisipatif dipilih untuk memastikan lansia berperan sebagai subjek aktif, bukan objek intervensi. Dalam konteks kesehatan masyarakat, model partisipatif terbukti meningkatkan penerimaan program, keterlibatan emosional, serta keberlanjutan efek intervensi, khususnya pada kelompok rentan seperti lansia. Keterlibatan aktif juga berkontribusi pada peningkatan rasa bermakna (*sense of purpose*) dan kesejahteraan psikologis.

Intervensi berbasis edukasi dan aktivitas kelompok memiliki landasan kuat dalam promosi kesehatan mental lansia. Terapi aktivitas kelompok dan stimulasi sosial diketahui efektif dalam: menurunkan kesepian, meningkatkan regulasi emosi, memperkuat fungsi kognitif ringan, dan meningkatkan kualitas hidup subjektif. Temuan tersebut konsisten dengan studi gerontologi dan kesehatan masyarakat komunitas yang dilakukan oleh Inayah & Kartinah (2024).

Tahapan Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahapan:

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan melalui needs assessment sederhana, meliputi:

- Observasi aktivitas harian lansia
- Identifikasi pola interaksi sosial
- Diskusi dengan pengelola dan pendamping panti

- Pemetaan kebutuhan psikososial dominan

Tahapan ini penting untuk memastikan intervensi sesuai konteks institusi dan karakteristik peserta, karena heterogenitas lansia di panti sosial cukup tinggi meliputi fungsi fisik, kognitif, emosional (WHO, 2022; Kementerian Kesehatan RI, 2021; Badan Pusat Statistik, 2023).

b. Tahap Implementasi

Implementasi dirancang berbasis prinsip active ageing dan mental health promotion, meliputi:

1. Penyuluhan kesehatan mental

Fokus pada pengelolaan stres, regulasi emosi, dan strategi koping adaptif (Choi *et al.*, 2022; Sari & Handayani, 2022).

2. Pelatihan keterampilan hidup

Aktivitas produktif ringan (berkebun, kerajinan) untuk stimulasi kognitif, motorik halus, dan rasa kompetensi diri (Fancourt & Finn, 2021; Putri *et al.*, 2021).

3. Diskusi kelompok kecil

Mendukung ekspresi emosi, berbagi pengalaman, serta dukungan sosial sebaya (Santini *et al.*, 2022; Wahyuni & Kurniawan, 2020).

4. Terapi aktivitas kelompok

Meningkatkan kohesi sosial dan kesejahteraan emosional (Cohen-Mansfield & Perach, 2023; Rahmawati *et al.*, 2022).

5. Pendampingan interpersonal

Mengurangi hambatan partisipasi dan memperkuat relasi sosial (Choi *et al.*, 2022; Kementerian Sosial RI, 2022).

Pendekatan multimodal seperti ini umum direkomendasikan dalam intervensi psikososial lansia (WHO, 2022).

c. Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dan observasional melalui observasi partisipatif, dokumentasi kegiatan, serta instrumen pre-test dan post-test (Braun & Clarke, 2021; Creswell & Creswell, 2018). Pre-test diberikan sebelum pelaksanaan penyuluhan untuk mengetahui tingkat pemahaman awal peserta, sedangkan post-test dilakukan setelah kegiatan untuk mengukur perubahan pemahaman lansia terkait pengelolaan stres, regulasi emosi, dan pentingnya interaksi sosial (Sugiyono, 2022). Instrumen evaluasi menggunakan skala penilaian 0–100 yang disusun berdasarkan indikator pemahaman kesehatan mental lansia. Hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif menggunakan persentase peningkatan pada setiap indikator (Arikunto, 2021).

Selain evaluasi kuantitatif, observasi partisipatif dilakukan untuk menilai:

- perubahan partisipasi kegiatan,
- intensitas interaksi sosial,
- respons emosional selama aktivitas,
- antusiasme dan keterlibatan verbal,
- perubahan perilaku sosial sederhana (Rahmawati *et al.*, 2022; Braun & Clarke, 2021).

Pendekatan evaluasi kombinatorik ini digunakan untuk memperoleh gambaran perubahan psikososial lansia secara lebih komprehensif setelah intervensi berlangsung (WHO, 2022)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Respons dan Partisipasi Lansia

Program pengabdian masyarakat diikuti oleh 17 lansia penghuni Balai Pelayanan Sosial Tresna Wreda (BPSTW) Abiyoso Yogyakarta. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan metode pre-test dan post-test, observasi partisipatif, serta dokumentasi selama kegiatan berlangsung. Indikator keberhasilan meliputi tingkat partisipasi, interaksi sosial, kondisi emosional, dan keterlibatan lansia dalam aktivitas kelompok.

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebelum intervensi, tingkat partisipasi kegiatan masih rendah, yaitu hanya 7 peserta aktif (41,2%). Setelah pelaksanaan kegiatan, jumlah peserta aktif meningkat menjadi 13 orang (76,5%) atau mengalami peningkatan sebesar 35,3%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif mampu mendorong keterlibatan lansia dalam aktivitas kelompok.

Pada aspek interaksi sosial, jumlah peserta yang komunikatif meningkat dari 8 orang (47,1%) menjadi 13 orang (76,5%). Selain itu, suasana emosi peserta juga mengalami perubahan positif. Sebelum kegiatan, hanya 6 peserta (35,3%) yang menunjukkan antusiasme selama aktivitas berlangsung, sedangkan setelah intervensi meningkat menjadi 12 peserta (70,6%). Peningkatan juga terlihat pada konsentrasi aktivitas. Sebelum kegiatan, hanya 7 peserta (41,2%) yang mampu mempertahankan fokus selama aktivitas berlangsung. Setelah intervensi, jumlah tersebut meningkat menjadi 11 peserta (64,7%). Secara keseluruhan, respons dan keterlibatan lansia mengalami peningkatan rata-rata sebesar 31,8% setelah pelaksanaan intervensi berbasis aktivitas kelompok. Perubahan respons dan keterlibatan lansia dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel I. Perubahan Respons dan Keterlibatan Lansia.

Aspek Pengamatan	Kondisi Awal	Kondisi Setelah Intervensi	Peningkatan
Partisipasi kegiatan	7 peserta aktif (41,2%)	13 peserta aktif (76,5%)	35,3%
Interaksi sosial	8 peserta komunikatif (47,1%)	13 peserta komunikatif (76,5%)	29,4%
Suasana emosi	6 peserta antusias (35,3%)	12 peserta antusias (70,6%)	35,3%
Konsentrasi aktivitas	7 peserta fokus (41,2%)	11 peserta fokus (64,7%)	23,5%
Keterlibatan kelompok	7 peserta aktif (41,2%)	13 peserta aktif (76,5%)	35,3%
Rata-rata keseluruhan			31,8%

Peningkatan partisipasi dan interaksi sosial menunjukkan bahwa aktivitas kelompok dapat menjadi media sosial yang efektif bagi lansia untuk membangun relasi interpersonal dan mengurangi hambatan psikologis. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rusdiyanti *et al.* (2023) yang menyatakan bahwa dukungan sosial dan interaksi kelompok berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

Perubahan Pengetahuan dan Kondisi Psikologis

Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terkait kesehatan mental dan pengelolaan stres. Nilai rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 58,8 menjadi 77,6 atau mengalami peningkatan sebesar 31,9%.

Pada indikator pengelolaan stres, nilai rata-rata meningkat dari 57,1 menjadi 76,5 dengan peningkatan sebesar 33,9%. Pada indikator regulasi emosi, nilai peserta meningkat dari 58,8 menjadi 78,2 atau meningkat sebesar 33,0%. Sementara itu, pemahaman mengenai pentingnya interaksi sosial meningkat dari 60,6 menjadi 78,2 dengan peningkatan sebesar 29,0%. Hasil pre-test dan post-test pengetahuan lansia terdapat pada Tabel 2.

Tabel II. Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan Lansia.

Indikator Pengetahuan	Pre-test	Post-test	Peningkatan
Pengelolaan stres	57,1	76,5	33,9%
Regulasi emosi	58,8	78,2	33,0%
Pentingnya interaksi sosial	60,6	78,2	29,0%
Rata-rata keseluruhan	58,8	77,6	31,9%

Peningkatan skor menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan mental mampu meningkatkan pemahaman lansia terkait pengelolaan emosi dan pentingnya menjaga hubungan sosial. Edukasi kesehatan mental juga membantu peserta meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan beradaptasi terhadap kondisi psikologis mereka. Hasil ini sejalan dengan penelitian Ezalina *et al.* (2023) yang menyebutkan bahwa self-efficacy memiliki hubungan signifikan dengan kesejahteraan psikologis lansia.

Dampak Aktivitas terhadap Fungsi Kognitif

Aktivitas membaca, berhitung sederhana, permainan konsentrasi, dan kerajinan tangan memberikan stimulasi mental yang cukup efektif bagi peserta. Pada aspek fokus perhatian, jumlah peserta yang mampu berkonsentrasi meningkat dari 7 orang (41,2%) menjadi 13 orang (76,5%).

Respons terhadap instruksi juga mengalami peningkatan. Sebelum kegiatan, terdapat 10 peserta (58,8%) yang lambat dalam merespons instruksi, sedangkan setelah intervensi sebanyak 12 peserta (70,6%) mampu merespons instruksi dengan lebih cepat. Selain itu, keterlibatan tugas meningkat dari 9 peserta pasif (52,9%) menjadi 13 peserta aktif (76,5%). Dampak aktivitas terhadap fungsi kognitif lansia terdapat pada Tabel 3.

Tabel III. Dampak Aktivitas terhadap Fungsi Kognitif Lansia.

Aspek Kognitif	Sebelum Kegiatan	Setelah Kegiatan
Fokus perhatian	7 peserta fokus (41,2%)	13 peserta fokus (76,5%)
Respons terhadap instruksi	Lambat pada 10 peserta (58,8%)	Lebih cepat pada 12 peserta (70,6%)
Konsentrasi aktivitas	Mudah terdistraksi	Lebih stabil
Keterlibatan tugas	Pasif pada 9 peserta (52,9%)	Aktif pada 13 peserta (76,5%)

Hasil tersebut menunjukkan bahwa aktivitas produktif mampu memberikan stimulasi kognitif yang membantu meningkatkan fokus, perhatian, dan respons peserta selama kegiatan berlangsung. Temuan ini mendukung penelitian Yusmaida dan Zulkarnaini (2024) yang menyatakan bahwa fungsi kognitif berkaitan erat dengan kualitas hidup lansia.

Implikasi Sosial dan Kemandirian Lansia

Kegiatan kelompok seperti berkebun dan kerajinan tangan memberikan dampak positif terhadap hubungan sosial antarpeserta. Peningkatan interaksi sosial dan keterlibatan kelompok menunjukkan bahwa aktivitas partisipatif mampu memperkuat komunikasi interpersonal dan kerja sama antarlansia. Selain meningkatkan aspek sosial, kegiatan ini juga memberikan dampak terhadap dimensi psikologis, emosional, dan aktivitas harian peserta. Lansia tampak lebih aktif, lebih percaya diri, dan lebih mandiri dalam mengikuti aktivitas kelompok. Dampak program terhadap dimensi kualitas hidup lansia terdapat pada Tabel 4.

Tabel IV. Dampak Program terhadap Dimensi Kualitas Hidup Lansia.

Dimensi	Indikasi Perubahan
Psikologis	Mood lebih stabil dan ekspresi positif meningkat
Sosial	Interaksi dan kebersamaan meningkat
Kognitif	Perhatian dan fokus lebih baik
Aktivitas Harian	Keterlibatan lebih mandiri
Emosional	Penurunan sikap pasif dan apatis

Peningkatan pada berbagai dimensi tersebut menunjukkan bahwa pendekatan berbasis aktivitas kelompok memiliki dampak multidimensional terhadap kualitas hidup lansia. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sri Ariyanti *et al.* (2025) yang menyatakan bahwa terapi aktivitas kelompok berkontribusi terhadap peningkatan kemandirian lansia, serta penelitian Noverinda *et al.* (2025) yang menegaskan bahwa kualitas hubungan sosial berpengaruh langsung terhadap kualitas hidup lansia. Secara keseluruhan, intervensi berbasis penyuluhan kesehatan mental dan aktivitas kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan aspek psikologis, sosial, dan kognitif lansia di lingkungan panti sosial. Gambar 1 menunjukkan dokumentasi kegiatan penyuluhan di Panti Tresna Wreda Yogyakarta.

KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat di Panti Tresna Wreda Yogyakarta ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis penyuluhan kesehatan mental dan aktivitas keterampilan hidup mampu meningkatkan kualitas hidup lansia secara multidimensional. Pendekatan partisipatif mendorong peningkatan kesejahteraan psikologis, fungsi kognitif, serta

hubungan sosial lansia. Peningkatan kualitas hidup lansia memerlukan pendekatan holistik yang tidak hanya berfokus pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kesejahteraan emosional dan sosial.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada LPPM Universitas Esa Unggul Jakarta yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini. Terima kasih juga disampaikan kepada lansia dan petugas di Panti Wreda Yogyakarta yang telah meluangkan waktu untuk menerima kunjungan kami.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2021). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Ariyanti, S., Rasyid, D., & Rosida, R. (2025). Efektivitas terapi aktivitas kelompok terhadap peningkatan kemandirian lansia. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 177–192. <https://doi.org/10.59585/bajik.v4i1.900>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik penduduk lanjut usia 2023*. <https://www.bps.go.id/id/publication/2023/12/29/5d308763ac29278dd5860fad/statistik-penduduk-lanjut-usia-2023.html>
- Basuki, H. O., Pitaloka, D., Suhartono, & Nurmalisyah, F. F. (2025). Pengaruh terapi aktivitas kelompok orientasi realita terhadap peningkatan daya ingat lansia dengan demensia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 11(1), 20–28. <https://doi.org/10.33023/jikep.v11i1.2228>
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A practical guide*. SAGE Publications.
- Choi, N. G., DiNitto, D. M., Marti, C. N., & Choi, B. Y. (2022). Telehealth-based psychosocial interventions for older adults: A systematic review. *Clinical Gerontologist*, 45(2), 351–367.
- Cohen-Mansfield, J., & Perach, R. (2015). Interventions for alleviating loneliness among older persons: A critical review. *American Journal of Health Promotion*, 29(3), e109–e125. <https://doi.org/10.4278/ajhp.130418-LIT-182>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Ezalina, E., Alfianur, A., & Dendi, D. (2023). Self-efficacy terhadap kesejahteraan psikologis lansia. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 10(1), 37–43. <https://doi.org/10.33653/jkp.v10i1.991>
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review* (Health Evidence Network Synthesis Report No. 67). WHO Regional Office for Europe. <https://iris.who.int/handle/10665/329834>
- Inayah, L. A., & Kartinah, K. (2024). Terapi aktivitas kelompok okupasi terhadap penurunan tingkat kesepian pada lansia. *LINK*, 20(1), 68–74. <https://doi.org/10.31983/link.v20i1.11250>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil kesehatan Indonesia 2021*.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2022). *Pedoman pelayanan sosial lanjut usia*.
- Lestari, P. H., Hartini, T., Mustandhifa, A., Pangastuti, T. E., & Hapsari, D. C. (2024). Korelasi perilaku perawatan diri dengan kualitas hidup pada lansia hipertensi di PSTIW. *Journal of Nursing and Health*, 9(2), 197–202. <https://doi.org/10.52488/jnh.v9i2.366>

- Noverinda, V., Putri, R. B., Iksan, R. R., & Indrayeni, R. (2025). Hubungan tingkat kesepian dengan kualitas hidup lansia di PSTW Budi Mulia 3 Jakarta. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(4), 17207–17213. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i4.48871>
- Putri, R. M., Yuliana, N., & Safitri, W. (2021). Aktivitas okupasional dan kesejahteraan psikologis lansia di panti sosial. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(2), 85–93.
- Rahmawati, D., Sulastri, S., & Fitriani, A. (2022). Terapi aktivitas kelompok dalam meningkatkan interaksi sosial lansia. *Jurnal Ners*, 17(1), 12–18.
- Ridhayanti, R., Kamso, S., Susilowati, I. H., & Wicaksono, U. (2025). Tempat tinggal dan dampaknya terhadap kebahagiaan lansia: Perbandingan antara panti wreda dan komunitas sosial. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan*, 10(1), 109–117. <https://doi.org/10.51143/jksi.v10i1.865>
- Rusdiyanti, N., Pratikto, H., & Aristawati, A. R. (2024). *Quality of life* pada lansia: Bagaimana peran dukungan sosial? *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 116–124. <https://doi.org/10.30996/sukma.v5i1.11596>
- Santini, Z. I., Jose, P. E., York Cornwell, E., Koyanagi, A., Nielsen, L., Hinrichsen, C., Meilstrup, C., Madsen, K. R., & Koushede, V. (2020). Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression and anxiety among older Americans (NSHAP): A longitudinal mediation analysis. *The Lancet Public Health*, 5(1), e62–e70. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(19\)30230-0](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(19)30230-0)
- Sari, D. K., & Handayani, L. (2022). Edukasi kesehatan mental dan kualitas hidup lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 17(3), 145–152.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Wahyuni, E., & Kurniawan, A. (2020). Interaksi sosial dan kesejahteraan subjektif lansia di panti wreda. *Jurnal Psikologi*, 47(2), 120–129.
- World Health Organization. (2021). *Global report on ageism*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240016866>
- Yusmaida, Y., & Zulkarnaini, Z. (2024). Hubungan fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia. *JUKEJ*, 3(2), 86–92. <https://doi.org/10.57218/jkj.Vol3.Iss2.1279>