

DUKUNGAN SOSIAL UNTUK KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS LANSIA SENTRA GAU MABAJI KABUPATEN GOWA

Social Support for Psychological Wellbeing of The Elderly of Gau Mabaji Center, Gowa Regency

Nurul Mutiara^{1*}, Indra Fajarwati Ibnu²

¹Departemen Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, FKM Universitas Hasanuddin, nurulmutiara2003@gmail.com

²Departemen Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, FKM Universitas Hasanuddin, indra.fajarwati@unhas.ac.id

*Alamat Korespondensi: Departemen Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan KM 10, Tamalanrea Kota Makassar, Sulawesi Selatan, No Hp. 081342330612

Kata Kunci: Dukungan sosial; kesejahteraan psikologis; lansia; panti jompo; Keywords: <i>Social support;</i> <i>psychological wellbeing;</i> <i>elderly;</i> <i>nursing home;</i>	ABSTRAK Latar Belakang: Peningkatan jumlah lansia di Indonesia berdampak pada meningkatnya masalah kesejahteraan psikologis, terutama akibat minimnya dukungan sosial yang diperoleh lansia di panti jompo. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam tentang peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada lansia yang tinggal di Sentra Gau Mabaji Kabupaten Gowa. Metode: Jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain analisis tematik. Penelitian ini menggunakan metode wawancara mendalam (<i>in-depth interview</i>) terhadap sembilan informan, terdiri dari lima lansia sebagai informan utama, serta dua pengelola dan dua perawat sebagai informan pendukung. Data di analisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman, dan disandingkan dengan pendekatan analisis tematik untuk menghasilkan pemahaman yang terstruktur dan mendalam. Hasil: Hasil menunjukkan bahwa lansia menerima empat bentuk dukungan sosial, yaitu dukungan emosional dalam bentuk perhatian dan pendampingan, dukungan instrumental melalui pemenuhan kebutuhan dasar, dukungan informasional terkait kesehatan dan kegiatan sosial, dan dukungan penghargaan berupa pengakuan atas partisipasi lansia. Keempat bentuk dukungan ini memberikan dampak positif terhadap aspek emosional, psikologis, dan sosial dalam kesejahteraan lansia. Kesimpulan: Dukungan sosial berkontribusi besar terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis lansia di panti jompo. Disarankan agar pengelola panti lebih mengoptimalkan program yang mendorong interaksi sosial, penghargaan individu, serta penyediaan informasi yang sesuai untuk lansia sebagai bentuk upaya promotif terhadap kesehatan mental.
---	--

ABSTRACT

Background: The increasing number of elderly people in Indonesia has an impact on increasing psychological well-being problems, especially due to the lack of social support obtained by the elderly in nursing homes. **Purpose:** This purpose of this study was to examine more deeply the role of social support on psychological well-being in the elderly living in the Gau Mabaji Center, Gowa Regency. **Methods:** The type of research used is a qualitative approach with a thematic analysis design. This study used an in-depth interview method with nine informants, consisting of five elderly people as the main informants, as well as two managers and two nurses as supporting informants. Data were analyzed using the Miles and Huberman interactive model and juxtaposed with a thematic analysis approach to produce a structured and in-depth understanding. **Results:** The results show that the elderly receive four forms of social support, namely emotional support in the form of attention and assistance, instrumental support through the fulfillment of basic needs, informational support related to health and social activities, and appreciation support in the form of recognition of elderly participation. These four forms of support have a positive impact on the emotional, psychological, and social aspects of elderly well-being. **Conclusion:** Social support contributes greatly to improving the psychological well-being of the elderly in nursing homes. It is recommended that nursing home managers further optimize programs that encourage social interaction, individual appreciation, and provide appropriate information for the elderly as a form of promotive efforts towards mental health.

©2025 by author.

Published by Faculty of Public Health, Hasanuddin University.

This is an open access article under CC-BY-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)**PENDAHULUAN**

Dukungan sosial adalah bentuk bantuan dan perhatian yang diberikan oleh individu atau kelompok kepada orang lain yang menciptakan rasa nyaman dan merasa dihargai. Hal ini penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, terutama saat menghadapi stres. Bagi lansia, dukungan sosial sangat penting karena mereka sering mengalami tantangan seperti kehilangan pasangan dan masalah kesehatan. Dukungan dari keluarga, teman serta komunitas membantu lansia mempertahankan kualitas hidup yang baik dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Adanya dukungan yang memadai, lansia merasa lebih dihargai dan terhubung dengan lingkungan sekitar yang dapat memperlambat proses penuaan dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.¹

Lanjut usia atau yang sering disebut lansia, sering dikenal dengan seseorang yang telah mengalami proses penuaan, yang ditandai dengan penurunan beberapa fungsi tubuh. Penurunan fungsi-fungsi ini sering kali berpengaruh negatif terhadap kualitas hidup lansia, termasuk masalah keseimbangan yang sering mereka alami. Menurut *World Health Organization* (2022), lansia merupakan individu yang berusia lebih dari 60 tahun, yang merupakan kelompok umur yang telah memasuki fase akhir dari kehidupan mereka.²

Kesejahteraan psikologis lansia merupakan aspek penting yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kondisi fisik, mental dan sosial. Penurunan fungsi fisik dan psikis akibat proses penuaan dapat menyebabkan berbagai masalah yang berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis. Peningkatan jumlah lansia membawa berbagai masalah kompleks, baik bagi lansia itu sendiri, keluarga maupun masyarakat. Secara alami, proses penuaan menyebabkan perubahan fisik dan mental pada lansia. Perubahan ini dipengaruhi oleh kondisi kehidupan mereka di masa lalu. Kehidupan yang kurang baik di masa lalu dapat berdampak negatif pada kondisi fisik dan mental mereka saat ini.³

Peningkatan populasi lanjut usia di Indonesia menghadirkan tantangan yang kompleks, terutama terkait kesehatan mental. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2023 menunjukkan bahwa persentase penduduk lansia mencapai 11,75%, naik dari 10,48% pada tahun sebelumnya. Hal ini berarti 1 dari 10 penduduk Indonesia adalah lansia, dengan total sekitar 34 juta orang. Proyeksi menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia dapat mencapai 48,19 juta pada tahun 2030.⁴

Jumlah lansia yang berada di wilayah Sulawesi Selatan pada tahun 2023 mencapai sekitar 10,20% dari total populasi, yang diperkirakan sekitar 8 juta jiwa. Dengan demikian, jumlah lansia di Sulawesi Selatan diperkirakan mencapai sekitar 816.000 orang. Data ini diperoleh dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) dan BPS yang menunjukkan bahwa populasi lansia terus meningkat seiring dengan bertambahnya usia harapan hidup.⁵

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan depresi pada lansia dipengaruhi oleh dukungan sosial yang kurang, seperti kehilangan teman, kehilangan keluarga, kematian pasangan atau teman terdekat dan rasa terasingkan. Berdasarkan penelitian Firdaus *et al*, (2023) ditemukan bahwa rasa kesepian yang dialami lansia disebabkan oleh penurunan kemampuan fisik, kehilangan hubungan sosial dan kurangnya dukungan dari keluarga. Dukungan sosial yang ada mampu membantu mengurangi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia, dengan pernyataan bahwa mereka merasa lebih baik ketika didukung oleh lingkungan sekitar. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam tentang peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis lansia di Sentra Gau Mabaji Kabupaten Gowa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam bagi pengelola panti dalam meningkatkan kualitas layanan mereka.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain analisis tematik. Pelaksanaan pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2025 yang mencakup pelaksanaan penelitian, pengumpulan data, pengolahan dan analisis data. Informan utama dalam penelitian ini adalah 5 lansia yang tinggal di Sentra Gau Mabaji Kabupaten Gowa. Informan pendukung lainnya meliputi 2 pengelola panti dan 2 perawat lansia yang berinteraksi langsung dengan lansia dalam kehidupan sehari-hari. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui metode wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan bantuan pedoman wawancara, alat tulis, dan perangkat elektronik sebagai instrumen pendukung. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman,

yang meliputi proses pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Metode triangulasi sumber dan teknik digunakan untuk menjamin keabsahan data dengan membandingkan informasi antara informan utama dan pendukung, serta mengecek konsistensi informasi antar metode. Hasil akhir disajikan dalam bentuk narasi, tabel, dan kutipan langsung dari informan guna memberikan pemahaman yang mendalam dan utuh mengenai fenomena yang diteliti.

HASIL

Berdasarkan hasil wawancara dengan para informan, ditemukan tema dukungan emosional dengan tiga subtema utama yang mencerminkan pengalaman lansia di panti, yaitu perhatian dan kasih sayang, mendengarkan cerita, serta kegiatan sosial bersama. Ketiga subtema ini menunjukkan bentuk nyata dari dukungan emosional yang dirasakan lansia, yang berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis mereka. Berdasarkan Tabel 1, dijelaskan hasil bentuk dukungan sosial yang diterima lansia di panti meliputi dukungan emosional, instrumental, dan informatif. Dukungan emosional terlihat dari perhatian dan kasih sayang yang diberikan oleh perawat serta teman panti, serta kesediaan mereka untuk mendengarkan cerita dan keluhan lansia. Lansia juga terlibat dalam berbagai kegiatan sosial bersama yang memberi rasa kebersamaan dan didampingi dalam aktivitas rutin sehari-hari. Selain itu, mereka menerima informasi kesehatan, arahan kegiatan, serta apresiasi atas karya maupun pencapaian yang memberikan penguatan positif.

Tabel 1
Bentuk Dukungan Sosial

Sub-tema	Temuan	Informan
Dukungan Emosional		
Perhatian & Kasih Sayang	Mendapat perhatian dari perawat dan teman panti, merasa dihargai dan dicintai	NA, RO, MU
Mendengarkan Cerita	Ada yang bersedia mendengarkan keluhan atau cerita masa lalu	NA, RO, MA, MU, SU
Kegiatan Sosial Bersama	Terlibat dalam senam, pengajian, atau aktivitas kerajinan yang dilakukan secara kolektif	NA, RO, MA, MU
Dukungan Instrumental		
Pemenuhan Kebutuhan	Bantuan dalam menyediakan kebutuhan dasar seperti makanan, pakaian, obat	NA, RO, MU, MA, SU
Bantuan Dalam Aktivitas	Dukungan dalam melakukan aktivitas fisik seperti berjalan, mandi, berpakaian	NA, MA, SU
Pendampingan Kegiatan	Pendampingan dalam kegiatan rutin atau acara tertentu di panti	NA, MA
Dukungan Informasional		
Informasi Kesehatan	Mendapat informasi soal kesehatan dan penyuluhan	NA, RO, MU, MA, SU
Informasi Kegiatan Sosial	Diberi tahu jadwal kegiatan, ajakan kegiatan	NA, MA, MU, RO
Arahan dalam Aktivitas	Diberikan arahan, dibimbing dalam aktivitas harian	NA, MA
Dukungan Penghargaan		
Pengakuan Karya Lansia	Memberikan apresiasi mengenai karya lansia	NA, RO
Pujian dan Apresiasi Lisan	Memberikan bentuk pengakuan positif	NA, MA, MU, SU

Sumber: Data Primer, 2025

Hasil penelitian yang dijelaskan pada Tabel 2, merupakan peran dukungan sosial yang dirasakan lansia dalam kehidupan mereka di panti. Dukungan sosial membantu mengurangi perasaan kesepian dan isolasi sosial melalui interaksi dan perhatian dari lingkungan sekitar. Lansia juga mendapatkan dorongan yang meningkatkan rasa percaya diri serta informasi yang memotivasi mereka untuk menyongsong masa depan dengan semangat. Selain itu, informasi yang diberikan turut membantu lansia dalam menjaga kesehatan dan keterlibatan dalam kegiatan sosial.

Tabel 2
Peran Dukungan Sosial

Sub-tema	Temuan	Informan
Mengurangi Perasaan Kesepian dan Isolasi Sosial	Diberikan dukungan untuk mengurangi rasa kesepian	NA, MU, SU
Meningkatkan Rasa Percaya Diri dan Harga Diri	Mendapatkan dorongan untuk meningkatkan kepercayaan diri	NA, RO, MA
Meningkatkan Semangat Hidup dan Harapan Masa Depan	Diberikan informasi yang memotivasi untuk masa depan	NA, RO, SU
Memberikan Informasi yang Membantu Lansia dalam Menjaga Kesehatan dan Kegiatan Sosial	Diberikan informasi tentang kesehatan dan kegiatan	NA, MU, SU

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 3, menunjukkan berbagai kegiatan yang berperan dalam meningkatkan dukungan sosial terhadap lansia di panti, mencakup dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Lansia mendapatkan dukungan emosional melalui partisipasi dalam kegiatan sosial, jalan pagi, serta pengajian dan terapi musik yang memberikan kenyamanan dan rasa dihargai. Dukungan instrumental terlihat dari pendampingan aktivitas harian dan pemenuhan kebutuhan dasar seperti makanan dan kesehatan. Selain itu, penyuluhan kesehatan dan terapi olahraga memberikan informasi penting, sementara penghargaan atas karya lansia dan pujian dari lingkungan sekitar memperkuat rasa dihargai dan bermakna.

Tabel 3
Kegiatan yang Meningkatkan Dukungan Penghargaan

Sub-tema	Temuan	Informan
Dukungan Emosional		
Kegiatan Sosial	Diberikan kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial	NA, MU, SU, RO, MA
Jalan Pagi	Mendapatkan dukungan untuk melakukan aktivitas fisik seperti jalan pagi	NA, RO, MU
Pengajian dan Terapi Musik	Mengikuti kegiatan pengajian dan terapi musik sebagai bentuk dukungan emosional	NA, MU, SU, RO, MA
Dukungan Instrumental		
Pendampingan Aktivitas	Mendapatkan dukungan untuk menjalani berbagai aktivitas sehari-hari	NA, MU, SU, RO, MA
Pemenuhan Kebutuhan Dasar	Diberikan bantuan dalam memenuhi kebutuhan dasar seperti makanan dan kesehatan	NA, RO, MU, MA

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 3a
Kegiatan yang Meningkatkan Dukungan Penghargaan

Sub-tema	Temuan	Informan
Dukungan Informasional		
Penyuluhan Kesehatan Mingguan	Mendapat informasi rutin tentang kesehatan dan pencegahan penyakit	NA, MU, SU, RO, MA
Terapi & Olahraga	Mendapat arahan dan penjelasan mengenai manfaat serta cara melakukan olahraga yang benar	NA, RO, MU, MA
Dukungan Penghargaan		
Penghargaan Karya Lansia	Dikenali dan dihargai atas karya dan kontribusi yang telah dibuat	RO, MU, MA
Pujian Dari Sekitar	Diberikan pujian dan pengakuan dari orang-orang di sekitar	NA, MU, SU, RO, MA

Sumber: Data Primer, 2025

Peningkatan jumlah lansia membawa berbagai masalah kompleks, baik bagi lansia itu sendiri, keluarga maupun masyarakat. Secara alami, proses penuaan menyebabkan perubahan fisik dan mental pada lansia. Perubahan ini dipengaruhi oleh kondisi kehidupan mereka di masa lalu. Kehidupan yang kurang baik di masa lalu dapat berdampak negatif pada kondisi fisik dan mental mereka saat ini.⁷ Berdasarkan Tabel 4, menggambarkan pengalaman subjektif lansia yang tinggal di panti dalam menghadapi perubahan hidup serta bentuk dukungan sosial yang mereka terima. Lansia merasakan penurunan kemandirian karena harus bergantung pada staf panti dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, yang membuat mereka kurang termotivasi untuk berpartisipasi. Selain itu, rasa kesepian meningkat akibat berkurangnya kontak dengan keluarga, meskipun sebagian merasa nyaman berbagi cerita di lingkungan panti. Proses adaptasi terhadap lingkungan baru juga menjadi tantangan, terutama dalam menyesuaikan diri dengan rutinitas dan interaksi sosial. Namun, dukungan emosional dari sesama penghuni dan staf panti sangat membantu, serta kegiatan sosial seperti pengajian dan terapi musik memberi ruang bagi lansia untuk berinteraksi dan merasa lebih dihargai.

Tabel 4
Pengalaman Lansia Pada Dukungan Sosial

Sub-tema	Temuan	Kuotasi Informan
Perubahan Kemandirian	Lansia merasa tergantung pada staf panti untuk kebutuhan sehari-hari	"Tidak ada bantuan dalam mengatur kegiatan sehari-hari. Merasa kurang termotivasi untuk berpartisipasi." (SU)
Rasa Kesepian dan Isolasi	Perasaan kesepian meningkat, terutama akibat kehilangan kontak dengan keluarga	"Kalau saya cerita-cerita di sini merasa nyaman, tapi saya tidak terlalu berbaur." (RO)
Adaptasi terhadap Lingkungan Baru	Lansia baru mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan rutinitas dan interaksi sosial	"Lebih tenang di sini, karena saya masuk di sini juga alasannya karena butuh ketenangan." (MA)
Dukungan Sosial yang Diterima	Dukungan emosional dari teman sebaya dan staf panti membantu lansia beradaptasi	"Saya merasa sangat diperhatikan, terutama ketika saya merasa sedih. Mereka selalu ada untuk mendengarkan cerita saya." (NA)
Kegiatan Sosial	Pengajian dan terapi musik memberikan kesempatan untuk terhubung dan berinteraksi	"Kegiatan yang sering saya ikut, pengajian dan senam. Kadang saya ngobrol sama teman-teman, itu bikin saya senang, tidak terasa sepi." (MU)

Sumber: Data Primer, 2025

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia yang tinggal di Sentra Gau Mabaji Kabupaten Gowa. Dukungan ini terbagi menjadi empat bentuk utama, yakni dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Keempat bentuk tersebut tidak hanya saling melengkapi tetapi juga memberikan dampak signifikan terhadap kondisi psikologis lansia, seperti penurunan tingkat depresi, peningkatan kepuasan hidup, serta peningkatan keterlibatan sosial. Temuan ini memperkuat pandangan Cohen dan Wills (1985) dalam model buffering hypothesis, yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat mereduksi dampak negatif stres dan memperkuat kapasitas individu untuk beradaptasi.⁸

Secara khusus, dukungan emosional terbukti sangat berpengaruh dalam mengurangi rasa kesepian dan memperkuat keterikatan sosial lansia. Studi oleh Tamansyah et al. (2023) dan Wulandari & Estiningtyas (2020) mengonfirmasi bahwa perhatian, empati, serta interaksi sosial yang positif dapat menurunkan risiko depresi dan meningkatkan kesehatan mental lansia secara keseluruhan. Pada Sentra Gau Mabaji, kegiatan seperti pengajian dan terapi musik menjadi sarana penting dalam membangun koneksi emosional antar lansia, serta antara lansia dan staf panti. Sebaliknya, seperti yang ditemukan oleh Hasanah et al. (2021), kurangnya dukungan dari keluarga tetap menjadi tantangan yang memengaruhi kondisi psikologis lansia, meskipun dalam konteks penelitian ini hal tersebut tidak dominan karena sebagian besar informan telah terbiasa hidup tanpa dukungan keluarga langsung.⁹

Dukungan instrumental dalam bentuk bantuan aktivitas sehari-hari, penyediaan makanan, dan akses ke layanan kesehatan, secara nyata membantu lansia merasa lebih mandiri dan tidak menjadi beban. Temuan ini sejalan dengan penelitian Handayani & Nuryati (2024), yang menunjukkan bahwa akses terhadap layanan dasar berkorelasi dengan tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Namun, tantangan masih ditemui pada kasus individu lansia dengan keterbatasan fisik yang merasa belum memperoleh pendampingan secara maksimal. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan personalisasi dalam pelayanan lansia, sebagaimana dianjurkan oleh WHO (2019) dalam panduan perawatan lanjut usia yang berorientasi pada individu.¹⁰

Sementara itu, dukungan informasional dalam bentuk penyuluhan kesehatan, edukasi gaya hidup sehat, serta informasi tentang kegiatan sosial terbukti membantu lansia memahami kondisi mereka dan membuat keputusan yang lebih baik terkait kesehatan. Studi oleh Isrokatun et al. (2022) dan Debi & Maria (2024) menunjukkan bahwa informasi yang akurat dan relevan dapat meningkatkan kepercayaan diri serta partisipasi sosial lansia. Akan tetapi, hasil observasi juga mengungkap bahwa keterbatasan fisik dan kognitif menjadi penghalang distribusi informasi yang merata. Oleh karena itu, penting bagi pengelola panti untuk mengembangkan metode penyampaian informasi yang inklusif dan ramah lansia.¹¹

Dukungan penghargaan, baik dalam bentuk verbal maupun non-verbal, berperan dalam meningkatkan harga diri dan rasa kebermaknaan hidup lansia. Apresiasi terhadap kontribusi mereka,

seperti penghargaan atas hasil kerajinan tangan yang dipamerkan, memberikan motivasi bagi lansia untuk tetap aktif dan merasa dihargai. Namun, sebagaimana ditemukan oleh Jasmita (2024), dampak penghargaan dari keluarga tetap dianggap lebih besar dibandingkan dari lingkungan panti. Hal ini menyoroti pentingnya tetap menjembatani hubungan lansia dengan keluarga meskipun mereka tinggal di panti.¹²

Oleh karena itu, pembahasan ini menegaskan bahwa peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis lansia bersifat kompleks dan saling terkait. Temuan penelitian ini tidak hanya menguatkan teori serta studi-studi terdahulu, tetapi juga memberikan implikasi praktis bagi pengelola panti dalam menciptakan lingkungan sosial yang kondusif, inklusif, serta berorientasi pada pemenuhan kebutuhan individu lansia secara menyeluruh dan holistik.

KESIMPULAN & SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis lansia di Sentra Gau Mabaji Kabupaten Gowa, diperoleh kesimpulan bahwa dukungan sosial yang mencakup aspek emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Dukungan ini tidak hanya membantu memenuhi kebutuhan dasar dan memberikan edukasi kesehatan, tetapi juga memperkuat keterikatan sosial, mengurangi kesepian, serta meningkatkan rasa percaya diri lansia. Berbagai kegiatan seperti pengajian, olahraga, penyuluhan kesehatan, dan pemberian apresiasi turut mendukung terciptanya lingkungan yang kondusif bagi kesejahteraan psikologis lansia. Lansia yang menerima dukungan secara intens terbukti memiliki tingkat depresi yang lebih rendah, merasa lebih puas dengan hidup, dan aktif dalam interaksi sosial sehari-hari. Peneliti menyarankan agar pengelola panti lebih mengoptimalkan program yang mendorong interaksi sosial, penghargaan individu, serta penyediaan informasi yang sesuai untuk lansia sebagai bentuk upaya promotif terhadap kesehatan mental.

REFERENSI

1. Hutaperi B, Jamil AR, Dewi S. Pemberian Edukasi “Lansia Terawat, Anak Bermartabat” Hari Lanjut Usia Nasional (HLUN) 2024. *J Pengabdian Masyarakat Kesehatan (Jurabdikes)*. 2024;2(1):24-31.
2. Hairunnisa P, Fauziah N, Nabila ER, Oktakarita R, Sopiha P, Ridwan H. Literature review: Jejas dan atrofi pada lansia penderita diabetes melitus. *J Penelit Perawat Prof*. 2024;6(5):1941–60.
3. Yunice MS, Debi Angelina Br B. Dukungan sosial terhadap kebahagiaan pada lansia di UPTD Panti Kesejahteraan Sosial Padu Wau. *Jurnal Adam*. 2024;3(1):90–3.
4. Kristanti NKS, Suasih NNR. Partisipasi kerja penduduk lanjut usia di Kabupaten Tabanan. *J Nirta Stud Inov*. 2024;4(1):107–23.
5. Badan Pusat Statistik Anak. Jakarta: Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023; 2023.
6. Firdaus W, Budiarto B, Adelpiero A. Urgensi dukungan sosial dalam mengatasi kesepian lansia di Panti Asuhan Jompo Yayasan Kasih Sayang Lestari Prima Pangkalpinang Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. *Counselle J Islamic Guid Couns*. 2023;3(1):13–23.
7. Sumarsih G. *Cawthorne-Cooksey Exercise untuk Lansia*. Makassar: CV Mitra Edukasi Negeri; 2023.
8. Maksumah ZL. *Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis (psychological wellbeing) pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA)* [dissertation]. Yogyakarta: UIN Sunan

- Kalijaga; 2023.
9. Fiantika F, Wasil M, Jumiya SRI, Honesti L, Wahyuni SRI, Mouw E, et al. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Makassar: Anak Global Eksekutif Teknologi; 2022.
 10. Handayani, Nuryati T. Gambaran status depresi dan kesehatan mental pada lansia. *J Cakrawala Ilmiah*. 2024;3(5):1627–36.
 11. Aloysius S, Salvia N. Analisis kesehatan mental mahasiswa perguruan tinggi X pada awal terjangkitnya COVID-19. *J Citizenship Virtues*. 2021;1(2):83–97.
 12. Jasmita R. Pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap loneliness pada lansia. *Cons-Iedu*. 2024;4(1):11–25.