



PENERAPAN TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK DALAM MENINGKATKAN INTEGRITAS PSIKOSOSIAL LANSIA DI KECAMATAN TEGALLEGA BOGOR

**Raphita Diorarta^{1*}, Sri Gunda Fahriana Fahrudin², T Widya Naralia¹, Eny
Dewi Pamungkas¹, Hesti Rahayu¹, Syamikar Baridwan Syamsir¹**

¹Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional
Veteran Jakarta, Indonesia

²Program Studi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran
Jakarta, Indonesia

*Korespondensi: raphitadiorarta@upnvj.ac.id

ABSTRACT

The increasing number of elderly people (seniors) along with increasing life expectancy gives rise to various health problems, particularly in the psychosocial aspects, such as loneliness, social isolation, decreased self-esteem, and difficulty adapting to the aging process. This condition requires interventions that can comprehensively improve the psychosocial well-being of the elderly. This community service activity aims to improve the growth and development of the elderly in the psychosocial aspects through therapeutic group therapy. The activity was carried out in Tegallega District, Bogor, involving 16 elderly people aged over 60 years. The intervention was carried out in six structured sessions that discussed changes in the biological, psychological, social, and spiritual aspects during the aging process. Evaluation was carried out using pre-test and post-test methods to assess the elderly's understanding before and after the intervention. The results showed an increase in the average score from 9.8 in the pre-test to 13.4 in the post-test, with a percentage increase of 36.7%. The highest increase was found in the biological (40.9%) and psychological (39.6%) aspects, followed by social (36.0%) and spiritual (27.9%) aspects. These results indicate that therapeutic group therapy is effective in improving understanding, adaptability, social interaction, and psychosocial well-being in older adults. Thus, the intervention significantly improved understanding in older adults across all psychosocial aspects, with the highest gains in the biological and psychological dimensions.

Keyword: *elderly, community service, psychosocial, therapeutic group therapy*

ABSTRAK

Peningkatan jumlah lanjut usia (lansia) seiring bertambahnya angka harapan hidup menimbulkan berbagai permasalahan kesehatan, terutama pada aspek psikososial, seperti kesepian, isolasi sosial, penurunan harga diri, dan kesulitan adaptasi terhadap proses menua. Kondisi ini memerlukan intervensi yang mampu meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia secara komprehensif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan tumbuh kembang lansia pada aspek psikososial melalui terapi kelompok terapeutik. Kegiatan dilaksanakan di Kecamatan Tegallega, Bogor, dengan melibatkan 16 lansia berusia di atas 60 tahun. Intervensi dilakukan dalam enam sesi terstruktur yang membahas perubahan pada aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual selama proses menua. Evaluasi dilakukan menggunakan metode *pre-test* dan *post-test* untuk menilai pemahaman lansia sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan rerata skor dari 9,8 pada *pre-test* menjadi 13,4 pada *post-test*, dengan persentase peningkatan sebesar 36,7%. Peningkatan tertinggi ditemukan pada aspek biologis (40,9%) dan psikologis (39,6%), diikuti aspek sosial (36,0%) dan spiritual (27,9%). Hasil ini menunjukkan bahwa terapi kelompok terapeutik efektif dalam meningkatkan pemahaman, kemampuan adaptasi, interaksi

sosial, serta kesejahteraan psikososial lansia. Dengan demikian, intervensi terbukti secara signifikan meningkatkan pemahaman lansia pada seluruh aspek psikososial, dengan capaian tertinggi pada dimensi biologis dan psikologis

Kata Kunci: lansia, pengabdian masyarakat, psikososial, terapi kelompok terapeutik



This work is licensed under
a Creative Commons Attribution
NonCommercial-ShareAlike 4.0
International License

Riwayat Artikel

Submitted: 31 Maret 2026
Published: 31 Agustus 2026

Pendahuluan

Populasi lanjut usia (lansia) mengalami peningkatan secara global seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup dan penurunan angka kelahiran. Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan bahwa pada tahun 2030 sekitar satu dari enam penduduk dunia akan berusia 60 tahun ke atas, sehingga proporsi lansia dalam struktur demografi terus meningkat. Peningkatan jumlah lansia berkaitan dengan berbagai permasalahan kesehatan yang bersifat multidimensional meliputi aspek fisik, psikologis, dan sosial. Permasalahan psikososial seperti kesepian dan isolasi sosial banyak ditemukan pada kelompok lansia dan berkaitan dengan meningkatnya risiko depresi serta penurunan kualitas hidup (Donovan & Blazer, 2020). Penelitian lain menunjukkan bahwa keterbatasan interaksi sosial pada lansia berhubungan dengan meningkatnya gangguan kesehatan mental serta menurunnya kesejahteraan psikologis pada usia lanjut (Holt-Lunstad, 2021). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses penuaan berkaitan dengan meningkatnya kerentanan terhadap penurunan fungsi psikologis pada lansia.

Perubahan tersebut sering diikuti oleh penurunan fungsi psikososial yang ditandai dengan meningkatnya risiko kesepian, isolasi sosial, depresi, serta menurunnya partisipasi dalam aktivitas sosial pada kelompok lanjut usia (Aman, 2024; Tam et al., 2024). Kesepian pada lansia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan penurunan kualitas hidup serta peningkatan risiko gangguan kesehatan mental (Donovan & Blazer, 2020). Meta-analisis global menunjukkan bahwa prevalensi kesepian pada populasi lansia mencapai sekitar 28,6% dan sering berkaitan dengan isolasi sosial serta keterbatasan interaksi sosial (Su et al., 2023). Partisipasi sosial juga memiliki hubungan signifikan dengan kesehatan psikologis lansia, dimana peningkatan keterlibatan dalam aktivitas sosial dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan mental (Zheng et al., 2024). Kondisi tersebut dapat berdampak pada rendahnya kesejahteraan psikologis lansia apabila tidak diimbangi dengan dukungan sosial serta kegiatan yang dapat meningkatkan interaksi dan partisipasi sosial mereka (Astuti et al., 2024).

Permasalahan psikososial pada lansia juga dapat dipahami melalui teori perkembangan psikososial Erik Erikson, yang menyatakan bahwa individu pada masa lanjut usia berada pada tahap *ego integrity versus despair*. Pada tahap ini, lansia diharapkan mampu menerima dan memaknai seluruh pengalaman hidupnya secara utuh sehingga mencapai integritas diri (*ego integrity*), yang ditandai dengan penerimaan

terhadap proses penuaan, rasa syukur, serta kepuasan terhadap kehidupan yang telah dijalani. Sebaliknya, kegagalan dalam menyelesaikan tugas perkembangan tersebut dapat memunculkan *despair*, yaitu perasaan menyesal, putus asa, cemas, dan sulit menerima perubahan yang terjadi selama proses menua. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *ego integrity* berhubungan dengan tingkat kesejahteraan psikologis, kepuasan hidup, serta kesehatan mental yang lebih baik pada lansia, sedangkan *despair* berkaitan dengan meningkatnya risiko depresi, kesepian, dan isolasi sosial (Van Der Kaap-Deeder et al., 2022). Tinjauan literatur juga menunjukkan bahwa intervensi berbasis kelompok memiliki potensi dalam meningkatkan *ego integrity* dan kesejahteraan psikososial lansia (Qiu et al., 2025).

Terapi kelompok terapeutik (TKT) merupakan intervensi psikososial yang memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media peningkatan kesehatan mental pada lansia. Intervensi ini berfokus pada peningkatan interaksi sosial, dukungan emosional, serta kemampuan coping melalui proses berbagi pengalaman dalam kelompok. Keterlibatan lansia dalam aktivitas kelompok terbukti meningkatkan interaksi sosial serta fungsi kognitif melalui partisipasi aktif dalam kegiatan bersama. Intervensi berbasis kelompok juga berkontribusi terhadap peningkatan harga diri serta kemampuan adaptasi lansia terhadap perubahan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual yang terjadi pada proses penuaan melalui dukungan sosial yang terbentuk selama proses kelompok (Puspitosari & Nurhidayah, 2025; Setyaningsih et al., 2024). Temuan tersebut menunjukkan bahwa terapi kelompok terapeutik memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia melalui peningkatan keterlibatan sosial, dukungan emosional, serta partisipasi aktif dalam lingkungan kelompok yang suportif.

Pelaksanaan terapi kelompok terapeutik dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat memiliki relevansi yang tinggi karena intervensi ini dapat diaplikasikan secara langsung pada komunitas lansia, baik di panti sosial maupun lingkungan masyarakat. Kecamatan Tegallega dipilih sebagai lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan kerja sama dengan tenaga kesehatan dan kader setempat dalam pelaksanaan pembinaan kelompok lansia. Pemilihan lokasi didasarkan pada kebutuhan untuk memperkuat upaya promotif dan preventif pada aspek psikososial lansia melalui intervensi berbasis kelompok. Melalui kegiatan ini diharapkan lansia memperoleh kesempatan untuk meningkatkan pemahaman mengenai perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual selama proses penuaan serta memperkuat kemampuan adaptasi terhadap perubahan tersebut. Program pengabdian masyarakat berbasis terapi kelompok terapeutik terbukti mampu meningkatkan integritas diri, rasa percaya diri, serta kemampuan beradaptasi lansia terhadap perubahan proses menua (Setyaningsih et al., 2024). Penelitian lain menunjukkan bahwa terapi kelompok pada komunitas lansia juga berkontribusi terhadap peningkatan interaksi sosial dan fungsi kognitif, sehingga layak dijadikan strategi intervensi promotif dan preventif dalam pelayanan keperawatan gerontik di masyarakat.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengimplementasikan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada lansia di Kecamatan Tegallega, Kabupaten Bogor, untuk meningkatkan pemahaman mengenai perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual serta mendukung pencapaian perkembangan psikososial lansia sesuai teori Erik Erikson.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kecamatan Tegallega, Bogor, Indonesia. Kegiatan dilakukan pada komunitas masyarakat dengan sasaran kelompok lanjut usia yang berdomisili di wilayah tersebut. Pelaksanaan program melibatkan pendekatan kolaboratif bersama tenaga kesehatan dan kader masyarakat setempat untuk mendukung kelancaran kegiatan serta meningkatkan partisipasi peserta selama proses intervensi berlangsung.

Peserta kegiatan terdiri atas seluruh lansia berusia di atas 60 tahun yang berada di wilayah Kecamatan Tegallega, Bogor, dan Peserta dipilih menggunakan convenience sampling, yaitu lansia yang hadir pada saat pelaksanaan kegiatan dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian Terapi Kelompok Terapeutik. Kriteria Inklusi dimana peserta lansia mampu berkomunikasi secara verbal, mampu mengikuti seluruh sesi kegiatan, dan bersedia menjadi peserta. Lansia dengan gangguan kognitif berat, kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan mengikuti kegiatan, atau tidak menyelesaikan seluruh sesi dikeluarkan dari evaluasi. Sasaran kegiatan dipilih berdasarkan karakteristik usia lanjut yang rentan mengalami penurunan fungsi psikososial, meliputi interaksi sosial, dukungan emosional, serta kemampuan adaptasi terhadap perubahan proses menua. Kegiatan dilaksanakan secara berkelompok dengan tujuan meningkatkan kesehatan psikososial lansia melalui intervensi terapi kelompok terapeutik.

Intervensi terapi kelompok terapeutik dilaksanakan dalam enam sesi terstruktur yang dirancang untuk meningkatkan tumbuh kembang lansia pada aspek psikososial. Setiap sesi masing-masing memiliki durasi 60 menit dalam 1 minggu. Setiap sesi memfasilitasi diskusi kelompok mengenai perubahan yang terjadi pada proses menua dari beberapa dimensi, meliputi aspek biologis, sosial, psikologis, dan spiritual. Pembahasan aspek biologis berfokus pada perubahan fungsi fisik dan kesehatan yang dialami lansia, aspek sosial membahas perubahan peran sosial, hubungan keluarga, serta interaksi dengan lingkungan, aspek psikologis menitikberatkan pada perubahan emosi, harga diri, kemampuan coping, dan adaptasi terhadap stres, sedangkan aspek spiritual membahas makna hidup, penerimaan diri, serta penguatan nilai-nilai spiritual dalam menghadapi proses penuaan. Pelaksanaan enam sesi ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan lansia dalam memahami perubahan yang dialami, memperkuat adaptasi psikososial, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui proses berbagi pengalaman dan dukungan kelompok.

Instrument evaluasi berupa kuesioner pre-test dan post-test yang dikembangkan berdasarkan buku kerja Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) lansia dengan landasan teori perkembangan psikososial Erik Erikson pada tahap ego integrity vs. despair. Kuisisioner memuat aspek biologis, psikologis, sosial dan spiritual sebagai indikator pemahaman lansia terhadap proses penuaan sesuai materi intervensi yang diberikan. Instrumen disusun sebagai alat evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan belum melalui uji validitas maupun uji reliabilitas formal. Hasil pengukuran diinterpretasikan sebagai gambaran perubahan tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesuai pelaksanaan intervensi.

Evaluasi kegiatan dilakukan secara komprehensif menggunakan pendekatan pre-test dan post-test serta observasi selama pelaksanaan terapi kelompok terapeutik. Pre-

test diberikan sebelum sesi pertama untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman awal lansia mengenai perubahan yang terjadi pada aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual selama proses menua, sedangkan post-test diberikan setelah sesi keenam untuk menilai peningkatan pemahaman setelah intervensi diberikan. Selain itu, evaluasi aspek psikososial dilakukan melalui lembar observasi terstruktur yang menilai tingkat partisipasi aktif, kemampuan interaksi sosial, ekspresi emosi, rasa percaya diri, serta kemampuan lansia dalam mengungkapkan pendapat dan pengalaman selama kegiatan berlangsung. Observasi dilakukan oleh kader kesehatan yang terlibat sebagai fasilitator kegiatan. Evaluasi juga mencakup respons peserta terhadap manfaat kegiatan melalui diskusi reflektif pada akhir sesi untuk mengetahui persepsi lansia terhadap perubahan yang dirasakan setelah mengikuti terapi kelompok terapeutik. Hasil evaluasi digunakan sebagai indikator keberhasilan program dalam meningkatkan tumbuh kembang lansia pada aspek psikososial.

Hasil dan Pembahasan



Gambar 1. Pelaksanaan TKT Lansia

Sebanyak 16 lansia yang memenuhi kriteria inklusi mengikuti seluruh rangkaian kegiatan hingga selesai dan dilakukan evaluasi menggunakan metode pre-test dan post-test. Evaluasi bertujuan untuk mengukur perubahan pemahaman peserta terhadap perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spiritual selama proses penuaan setelah mengikuti enam sesi Terapi Kelompok Terapeutik (TKT). Hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan skor pada seluruh aspek yang dievaluasi sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1 Rerata skor pemahaman lansia sebelum dan sesudah intervensi (n = 16)

Variabel	Pre-test	Post-test	Peningkatan (%)
Pemahaman perubahan biologis	9,3	13,1	40,9
Pemahaman psikologis	9,6	13,4	39,6
Pemahaman sosial	10,0	13,6	36,0
Pemahaman spiritual	10,4	13,3	27,9
Rerata total	9,8	13,4	36,7

Hasil peningkatan pada aspek psikososial juga dapat dijelaskan melalui teori perkembangan psikososial Erik Erikson, khususnya tahap *ego integrity vs despair* yang merupakan tugas perkembangan utama pada masa lanjut usia. Pada tahap ini, lansia

diharapkan mampu menerima pengalaman hidup secara utuh, memaknai proses penuaan, serta mencapai integritas diri. Apabila tugas perkembangan ini tidak tercapai, lansia berisiko mengalami keputusasaan, kecemasan, penyesalan, dan penurunan kesejahteraan psikologis. Pelaksanaan terapi kelompok terapeutik memberikan ruang bagi lansia untuk merefleksikan pengalaman hidup, mengungkapkan perasaan, serta memperoleh dukungan emosional dari sesama peserta, sehingga membantu proses pencapaian integritas diri. Terapi kelompok terapeutik berpotensi mendukung perkembangan psikososial lansia, terutama dalam pencapaian tugas perkembangan pada masa tua. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *ego integrity* berhubungan positif dengan kepuasan hidup dan kesehatan mental lansia, sedangkan *despair* berkorelasi dengan gejala depresi, kecemasan, dan kesepian. Integritas diri pada lansia dilaporkan berperan sebagai faktor protektif yang mendukung kesejahteraan psikologis dan kemampuan adaptasi terhadap perubahan proses menua (Chen et al., 2021).

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan rerata skor pemahaman lansia dari 9,8 pada *pre-test* menjadi 13,4 pada *post-test*, dengan persentase peningkatan sebesar 36,7%. Temuan ini menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi kelompok terapeutik selama enam sesi efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia terhadap perubahan yang terjadi pada proses menua, meliputi aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa terapi kelompok mampu meningkatkan kemampuan adaptasi lansia secara signifikan setelah intervensi dilakukan secara terstruktur (Adi et al., 2020). Peningkatan pemahaman ini juga mendukung temuan yang menyatakan bahwa terapi kelompok terapeutik memiliki potensi dalam mendukung perkembangan psikososial lansia melalui proses interaksi dan refleksi kelompok. Temuan serupa juga dilaporkan pada penelitian yang menunjukkan bahwa terapi kelompok terapeutik efektif meningkatkan kemampuan adaptasi serta perkembangan integritas diri lansia (Laela & Hartati, 2023). Selain itu, intervensi TKT juga dilaporkan mampu meningkatkan integritas diri dan rasa percaya diri lansia secara bermakna dalam konteks komunitas (Setyaningsih et al., 2024).

Peningkatan pada aspek biologis menunjukkan bahwa lansia semakin memahami perubahan fisik yang terjadi selama proses menua, seperti penurunan fungsi sensorik, kekuatan otot, dan keterbatasan aktivitas fisik. Pemahaman terhadap perubahan biologis sangat penting karena berhubungan dengan kemampuan lansia dalam menerima kondisi fisik dan mempertahankan kemandirian. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa terapi kelompok berperan dalam meningkatkan kemampuan adaptasi lansia terhadap perubahan fisik dan kesehatan (Adi et al., 2020). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa edukasi dan intervensi berbasis kelompok pada lansia efektif meningkatkan literasi kesehatan, penerimaan terhadap proses penuaan, serta kemampuan mempertahankan aktivitas sehari-hari (Setyaningsih et al., 2024). Terapi kelompok terapeutik berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan adaptasi lansia terhadap perubahan fisik dan psikososial yang terjadi selama proses menua (Laela & Hartati, 2023).

Pada aspek psikologis, peningkatan skor menunjukkan bahwa lansia semakin mampu memahami perubahan emosi, stres, kecemasan, serta mekanisme koping terhadap proses menua. Diskusi kelompok memberikan ruang bagi peserta untuk mengungkapkan perasaan, merefleksikan pengalaman hidup, serta memperoleh dukungan emosional dari sesama lansia. Proses ini berperan dalam meningkatkan penerimaan diri dan kemampuan

adaptasi psikologis terhadap perubahan yang terjadi selama masa lanjut usia. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa terapi kelompok terapeutik mampu meningkatkan integritas diri dan rasa percaya diri lansia (Laela & Hartati, 2023). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa terapi kelompok terapeutik memiliki potensi dalam mendukung perkembangan psikososial lansia melalui proses interaksi, dukungan kelompok, dan refleksi pengalaman hidup (11). Terapi kelompok berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan adaptasi lansia, khususnya dalam menghadapi perubahan psikologis selama proses penuaan (Adi et al., 2020). Dukungan psikososial berbasis kelompok juga terbukti meningkatkan kesehatan mental lansia melalui penurunan gejala depresi, kecemasan, dan isolasi sosial (Keane et al., 2025).

Peningkatan pada aspek sosial dan spiritual menunjukkan bahwa terapi kelompok terapeutik berperan dalam memperkuat interaksi interpersonal, partisipasi sosial, serta kemampuan lansia dalam memaknai proses menua dan menerima perubahan yang terjadi. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa terapi kelompok dapat meningkatkan partisipasi aktif lansia dalam kegiatan komunitas serta mengurangi isolasi sosial dan kesepian (Adi et al., 2020). Peningkatan pada aspek spiritual juga mendukung pencapaian integritas diri sesuai tahap *ego integrity versus despair* menurut Erikson, di mana lansia diharapkan mampu menerima pengalaman hidup secara utuh. Dukungan sosial dan keterlibatan komunitas berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikososial lansia (Dong et al., 2024).

Keterbatasan kegiatan ini adalah jumlah peserta yang relatif sedikit ($n=16$) dan hanya berasal dari satu wilayah sehingga hasil yang diperoleh belum dapat digeneralisasikan pada populasi lansia yang lebih luas. Selain itu, instrumen evaluasi yang digunakan dikembangkan berdasarkan buku kerja Terapi Kelompok Terapeutik dan teori perkembangan psikososial Erik Erikson, namun belum melalui uji validitas dan reliabilitas secara formal. Oleh karena itu, meskipun hasil kegiatan menunjukkan bahwa Terapi Kelompok Terapeutik memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman lansia mengenai aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual, temuan ini perlu diinterpretasikan secara hati-hati. Penelitian maupun kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya disarankan melibatkan jumlah peserta yang lebih besar, cakupan wilayah yang lebih luas, serta menggunakan instrumen yang telah tervalidasi dengan desain evaluasi yang lebih kuat agar efektivitas Terapi Kelompok Terapeutik dalam mendukung perkembangan psikososial lansia dapat dibuktikan secara lebih komprehensif.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, terapi kelompok terapeutik dalam meningkatkan tumbuh kembang lansia pada aspek psikososial terbukti memberikan dampak positif yang signifikan. Kegiatan ini juga berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan adaptasi, interaksi sosial, dukungan emosional, serta penerimaan diri lansia dalam menghadapi perubahan pada masa lanjut usia. Sejalan dengan teori perkembangan psikososial Erik Erikson, pelaksanaan TKT melalui proses refleksi pengalaman hidup, berbagi pengalaman, dan dukungan kelompok secara terstruktur berkontribusi terhadap pencapaian integritas diri (*ego integrity*) serta membantu meminimalkan risiko keputusasaan (*despair*) pada lansia. Dengan demikian, terapi kelompok terapeutik merupakan intervensi yang efektif dan layak diterapkan sebagai

strategi promotif dan preventif dalam meningkatkan tumbuh kembang lansia pada aspek psikososial serta mendukung kualitas hidup dan kesejahteraan lansia di masyarakat.

Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) direkomendasikan untuk diintegrasikan ke dalam program pembinaan lansia secara rutin di tingkat komunitas melalui Posyandu Lansia atau program kesehatan jiwa yang dikoordinasikan oleh Puskesmas, dengan melibatkan perawat komunitas sebagai fasilitator utama serta kader kesehatan yang telah memperoleh pelatihan sebagai fasilitator pendamping agar pelaksanaan intervensi dapat berlangsung secara berkelanjutan. Selain itu, keluarga perlu dilibatkan melalui pemberian edukasi mengenai perubahan psikososial pada lansia dan pentingnya dukungan emosional serta sosial di lingkungan rumah, sehingga hasil yang telah dicapai selama sesi TKT dapat dipertahankan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dari aspek akademis, penelitian maupun kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan menggunakan instrumen yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas, melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dengan desain penelitian yang lebih kuat, serta mengevaluasi luaran psikososial lainnya, seperti tingkat depresi, kualitas hidup, fungsi kognitif, dan kemandirian lansia, sehingga efektivitas TKT dapat dibuktikan secara lebih komprehensif.

Daftar Pustaka

- Adi, M., Mawaddah, N., & Nurwidji, N. (2020). Peningkatan Kemampuan Adaptasi Lansia Dengan Terapi Kelompok. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 8(1), 49–55. <https://doi.org/10.36858/jkds.v8i1.168>
- Aman, H. K. (2024). The impact of sense of loneliness on geriatric depression: The mediating role of sense of mattering and psychological adjustment. *Middle East Current Psychiatry*, 31(1), 70. <https://doi.org/10.1186/s43045-024-00462-1>
- Astuti, B., Rachmawati, I., Kurniasari, M., Juwita Sari, W., & Lestari, R. (2024). Psychological Well-being of the Elderly in Yogyakarta City: Descriptive Study. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(3). <https://doi.org/10.51214/002024061103000>
- Chen, P.-Y., Ho, W.-C., Lo, C., & Yeh, T.-P. (2021). Predicting Ego Integrity Using Prior Ego Development Stages for Older Adults in the Community. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9490. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189490>
- Dong, Y., Cheng, L., & Cao, H. (2024). Impact of informal social support on the mental health of older adults. *Frontiers in Public Health*, 12, 1446246. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1446246>
- Donovan, N. J., & Blazer, D. (2020). Social Isolation and Loneliness in Older Adults: Review and Commentary of a National Academies Report. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(12), 1233–1244. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.08.005>
- Holt-Lunstad, J. (2021). Loneliness and Social Isolation as Risk Factors: The Power of Social Connection in Prevention. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 15(5), 567–573. <https://doi.org/10.1177/15598276211009454>
- Keane, A., Bright, A., Greenan, L., & Grealish, A. (2025). The Impact of Psychosocial Interventions on Older Adults in the Community Experiencing Social Isolation: An

- Integrative Review. *International Journal of Mental Health Nursing*, 34(6), e70186. <https://doi.org/10.1111/inm.70186>
- Laela, S., & Hartati, S. (2023). Terapi Kelompok Terapeutik Lansia Efektif Meningkatkan Kemampuan Adaptasi dan Perkembangan Integritas Diri Lansia. *Malahayati Nursing Journal*, 5(11), 3990–4000. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i11.12095>
- Puspitosari, A., & Nurhidayah, N. (2025). Independence in Activities of Daily Living Among Community-Dwelling Older Adults: A Cross-Sectional Study. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 4(12), 4054–4063. <https://doi.org/10.55681/sentri.v4i12.5072>
- Qiu, Y., Han, Z., Tang, L., Lin, Y., & Ma, X. (2025). Intervention strategies for ego-integrity among older adults: A scoping review. *Geriatric Nursing*, 66, 103702. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2025.103702>
- Setyaningsih, T., Fitria, D., Utami, R. A., & Rohmah, U. N. (2024). Terapi Kelompok Terapeutik Lansia untuk Meningkatkan Integritas dan Kepercayaan diri Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia di Jakarta Barat. *Service Quality (Jurnal Pengabdian Masyarakat)*, 1(1), 27–37. <https://doi.org/10.33377/sqj.v1i1.207>
- Su, Y., Rao, W., Li, M., Caron, G., D'Arcy, C., & Meng, X. (2023). Prevalence of loneliness and social isolation among older adults during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *International Psychogeriatrics*, 35(5), 229–241. <https://doi.org/10.1017/S1041610222000199>
- Tam, L. M., Hocker, K., David, T., & Williams, E. M. (2024). The Influence of Social Dynamics on Biological Aging and the Health of Historically Marginalized Populations: A Biopsychosocial Model for Health Disparities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(5), 554. <https://doi.org/10.3390/ijerph21050554>
- Van Der Kaap-Deeder, J., Vermote, B., Waterschoot, J., Soenens, B., Morbée, S., & Vansteenkiste, M. (2022). The role of ego integrity and despair in older adults' well-being during the COVID-19 crisis: The mediating role of need-based experiences. *European Journal of Ageing*, 19(1), 117–129. <https://doi.org/10.1007/s10433-021-00610-0>
- Zheng, J., Xu, J., & Liu, D. (2024). The effect of activities of daily living on anxiety in older adult people: The mediating role of social participation. *Frontiers in Public Health*, 12, 1450826. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1450826>