

Gambaran Psychological Well-Being pada Komunitas Usia Lanjut di Panti Wreda Husnul Khotimah Tangerang

¹Andry Yanti, ²Anjani Arum Safitri, ³Fitria Rahayu, ⁴Aneuke Yu'dzia Mirzalline, ⁵Azzahra Tsabitha

Program Studi Magister Psikologi, Universitas Paramadina, Jakarta

E-mail: andryyanti.1505@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian *kualitatif deskriptif* ini bertujuan menggambarkan *psychological well-being* seluruh 27 penghuni Panti Wreda Husnul Khotimah, Tangerang, berusia 60-100 tahun, menggunakan kerangka enam dimensi Ryff (1989). Data dikumpulkan melalui tiga metode: (1) *Focus Group Discussion* (FGD) dengan 10 lansia kelompok *active aging* berfokus pada eksplorasi keenam dimensi *psychological well-being*; (2) observasi perilaku non-verbal terstruktur pada 17 lansia kelompok *inactive aging* yang dikategorisasi dalam empat tingkat kesehatan; serta (3) wawancara mendalam dengan tiga pengurus panti. Data FGD dianalisis menggunakan analisis tematik reflektif (Braun & Clarke, 2023); triangulasi sumber dilakukan untuk memperkuat validitas. Hasil menunjukkan bahwa pada kelompok *active aging*, dimensi penerimaan diri, hubungan positif, dan tujuan hidup berada pada level tinggi ditopang spiritualitas, kohesi sosial antarsesama penghuni, serta aktivitas berkebun dan memasak bersama; sementara otonomi berada pada level rendah akibat keterbatasan struktural sistem pengelolaan panti. Pada kelompok *inactive aging*, profil *psychological well-being* bervariasi dari sedang-tinggi (Tingkat Kesehatan I) hingga tidak dapat dinilai penuh (Tingkat Kesehatan IV). Spiritualitas dan kualitas relasi sosial merupakan faktor protektif yang konsisten lintas kelompok.

Kata kunci: *psychological well-being*, lanjut usia, panti wreda, *active aging*, *inactive aging*, spiritualitas

ABSTRACT

This qualitative descriptive study aims to describe the psychological well-being of all 27 residents at Panti Wreda Husnul Khotimah, Tangerang, aged 60-100 years, using Ryff's (1989) six-dimension framework. Data were collected through three methods: (1) Focus Group Discussion (FGD) with 10 active aging residents; (2) structured non-verbal behavioral observation of 17 inactive aging residents categorized into four health levels; and (3) in-depth interviews with three nursing home staff. Data were analyzed using reflexive thematic analysis and source triangulation. Findings indicate that in the active aging group, self-acceptance, positive relations, and purpose in life were high, supported by spirituality, inter-resident social cohesion, and gardening and cooking activities, while autonomy was low due to paternalistic systems. Inactive aging profiles ranged from moderate-high (Health Level I) to non-assessable (Health Level IV). Spirituality and relational quality were consistent protective factors across all groups.

Keywords: *psychological well-being*, older adults, nursing home, *active aging*, *inactive aging*, spirituality

1. PENDAHULUAN

Pertumbuhan populasi lanjut usia (lansia) di Indonesia berlangsung pesat. Data Badan Pusat Statistik (BPS, 2024) mencatat proporsi penduduk berusia 60 tahun ke atas telah mencapai 12% atau sekitar 29 juta jiwa, dan Indonesia resmi memasuki fase *ageing population* sejak 2021 (BPS, 2023). Di antara populasi lansia, kelompok yang paling rentan secara psikologis adalah mereka yang tinggal di panti wreda terutama penghuni yang masuk bukan atas pilihan mandiri, melainkan karena ketiadaan keluarga, ketidakmampuan keluarga merawat, atau kondisi penelantaran (Sari & Muhammad, 2022; Maulida et al., 2025). Kondisi ini menimbulkan pertanyaan ilmiah penting: bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) lansia yang hidup dalam lingkungan institusional tersebut?

Psychological well-being merupakan konstruk psikologis yang dikembangkan Ryff (1989) untuk menggambarkan kesejahteraan dalam perspektif eudaimonik yaitu sejauh mana individu dapat mengaktualisasikan potensinya dan menjalani hidup yang bermakna. Ryff (1989) merumuskan *psychological well-being* dalam enam dimensi yang saling berkaitan.

Dimensi pertama, penerimaan diri (*self-acceptance*), mencerminkan sikap positif individu terhadap diri sendiri. Malahati (2023) menemukan bahwa lansia Indonesia dengan penerimaan diri tinggi cenderung menggunakan *framing* syukur dan ikhlas dalam memaknai kondisi yang tidak dapat diubah. Dimensi kedua, hubungan positif (*positive relations with others*), pada lansia di panti mengalami transformasi: relasi keluarga biologis digantikan ikatan antarsesama penghuni (Maulida et al., 2025). Dimensi ketiga, otonomi (*autonomy*), pada lansia di panti umumnya rendah akibat sistem pengelolaan panti yang terpusat (Marpaung, 2024).

Dimensi keempat, penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), dapat diperkuat melalui aktivitas berkebun dan memasak bersama; Wang et al. (2022) membuktikan bahwa *horticultural therapy* secara signifikan meningkatkan rasa kompetensi dan kendali lingkungan pada lansia institusional. Dimensi kelima, tujuan hidup (*purpose in life*), erat terkait spiritualitas pada lansia Indonesia (Hutagalung & Marbun, 2025). Dimensi keenam, pertumbuhan pribadi (*personal growth*), tetap dapat berkembang pada lansia dalam dimensi spiritual, relasional, dan keterampilan sederhana seperti berkebun dan memasak bersama (Sudirman & Ibnu, 2025).

Panti Wreda Husnul Khotimah, berlokasi di kawasan Islamic Village, Tangerang, menampung 27 lansia berusia 60-100 tahun dengan durasi tinggal 3 hingga 20 tahun. Mayoritas penghuni masuk panti akibat ketiadaan keluarga, ketidakmampuan keluarga merawat, atau situasi penelantaran. Durasi tinggal panjang ini menciptakan kondisi yang oleh Marpaung (2024) disebut *kronisitas institusional* panti telah menjadi satu-satunya lingkungan hidup yang permanen. Penelitian ini hadir untuk menggambarkan kondisi *psychological well-being* seluruh 27 penghuni secara inklusif dan komprehensif menggunakan kerangka Ryff (1989), sebagai studi dasar bagi perancangan intervensi psikologis berbasis aktivitas.

2. LANDASAN TEORI

Teori Psychological Well-Being Ryff (1989)

Psychological well-being dalam kerangka Ryff (1989) didefinisikan sebagai pencapaian penuh potensi aktualisasi diri individu (*eudaimonic well-being*) bukan sekadar ketiadaan gangguan psikologis atau kehadiran emosi positif sesaat (*hedonic*). Ryff (1989) merumuskan *psychological well-being* dalam enam dimensi yang dapat

dievaluasi secara mandiri namun saling berkaitan. Dalam konteks lansia, teori ini relevan karena mampu menangkap kompleksitas psikologis yang tidak dapat dijangkau instrumen *hedonis* semata (Wenny, 2024; Sudirman & Ibnu, 2025).

Gambaran Setiap Aspek Psychological Well-Being pada Lanjut Usia

Dimensi penerimaan diri pada lansia mencerminkan kemampuan menerima kondisi fisik yang menurun, kehilangan peran sosial, dan riwayat hidup yang tidak selalu mulus. Malahati (2023) menemukan bahwa penerimaan diri dipengaruhi kemampuan memaknai penuaan sebagai proses yang disyukuri; lansia dengan penerimaan diri tinggi cenderung mengintegrasikan pengalaman kehilangan ke dalam narasi hidup yang koheren (Sari & Muhammad, 2022). Pada konteks panti wreda, penerimaan diri juga mencakup keikhlasan atas kondisi masuk panti, sebuah proses yang bagi sebagian lansia memerlukan rekonsiliasi emosional yang panjang.

Dimensi hubungan positif pada lansia di panti mengalami transformasi struktural. Simorangkir et al. (2024) menemukan bahwa kesepian kronis akibat terputusnya relasi keluarga merupakan prediktor negatif terkuat terhadap *psychological well-being* lansia di institusi perawatan Indonesia. Namun, Maulida et al. (2025) menunjukkan bahwa lansia yang membangun ikatan sosial bermakna dengan sesama penghuni menunjukkan profil hubungan positif yang setara dengan lansia yang tinggal bersama keluarga. Dimensi otonomi pada lansia di panti merupakan salah satu yang paling terdampak oleh transisi ke kehidupan institusional. Marpaung (2024) menemukan bahwa sistem terpusat dimana jadwal makan, tidur, dan aktivitas ditentukan sepenuhnya oleh pengurus secara signifikan menekan otonomi penghuni. Sudirman dan Ibnu (2025) mencatat bahwa lansia yang masih mempertahankan kontrol atas keputusan-

keputusan kecil menunjukkan skor otonomi lebih tinggi.

Dimensi penguasaan lingkungan mencerminkan kemampuan lansia memanfaatkan dan beradaptasi dengan lingkungan. Wang et al. (2022) dalam *meta-analysis* terhadap 22 penelitian membuktikan bahwa *horticultural therapy* aktivitas berkebun dalam lingkungan institusional, secara signifikan meningkatkan rasa kompetensi, kendali, dan kepemilikan terhadap lingkungan pada lansia. Aktivitas memasak bersama juga terbukti berkontribusi melalui pengalaman kolaborasi produktif yang bermakna.

Dimensi tujuan hidup pada lansia Indonesia sangat erat terkait orientasi spiritual dan religius. Hutagalung dan Marbun (2025) menegaskan bahwa spiritualitas merupakan kekuatan adaptif dominan yang membantu lansia Indonesia menemukan dan mempertahankan makna hidup. Ibadah rutin tidak hanya berfungsi sebagai ritual keagamaan, tetapi juga sebagai struktur eksistensial yang memberikan arah dan tujuan harian.

Dimensi pertumbuhan pribadi pada lansia tetap dapat berkembang dalam dimensi yang berbeda dari usia muda. Wenny (2024) menemukan bahwa lansia dengan *psychological well-being* yang baik menunjukkan keterbukaan terhadap pengalaman baru dalam domain spiritual, relasional, dan keterampilan sederhana. Aktivitas berkebun, memasak bersama, dan berbagi pengalaman hidup kepada sesama penghuni menjadi wujud nyata pertumbuhan pribadi dalam konteks panti.

Perkembangan Psikologis Lanjut Usia dan Kaitannya dengan Psychological Well-Being

Pemahaman terhadap gambaran *psychological well-being* lansia tidak dapat dilepaskan dari konteks perkembangan psikologis seiring bertambahnya usia. Santrock (2019) menjelaskan bahwa penuaan membawa perubahan bertahap namun menyeluruh,

fisik, kognitif, emosional, sosial, dan spiritual, yang berdampak langsung pada

dimensi-dimensi *psychological well-being*. Tabel 1 menyajikan implikasinya.

Tabel 1. Perkembangan psikologis lanjut usia dan implikasinya bagi *psychological well-being*

Aspek	Young-Old (60-74 th)	Middle-Old (75-90 th)	Oldest-Old (>90 th)	Implikasi bagi <i>psychological well-being</i>
Fisik	Penurunan bertahap; masih aktif	Mobilitas terbatas; penyakit kronis	Ketergantungan fisik tinggi	Mempengaruhi Otonomi dan Penguasaan lingkungan
Kognitif	Memori baik; pemrosesan melambat	Penurunan daya ingat; butuh stimulasi	Penurunan signifikan; verbal terbatas	Menentukan metode asesmen <i>psychological well-being</i> yang diterapkan
Emosi	Regulasi emosi baik	Fluktuasi lebih sering; kesepian meningkat	Ekspresi via non-verbal; rentan apati	Mempengaruhi Penerimaan Diri dan Hubungan Positif
Sosial	Jaringan aktif; terbuka hubungan baru	Menyempit; keterikatan pada figur familiar	Bergantung pada inisiatif orang lain	Menentukan kualitas Hubungan Positif dan Tujuan Hidup
Spiritual	Orientasi meningkat; ibadah bermakna	Spiritualitas sumber utama makna hidup	Doa dan zikir sebagai ekspresi dominan	Prediktor terkuat Tujuan Hidup dan Penerimaan Diri

3. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan desain *community case study* untuk menggambarkan *psychological well-being* seluruh 27 penghuni Panti Wreda Husnul Khotimah, Tangerang, berusia 60-100 tahun. Subjek dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* di mana seluruh penghuni merupakan total populasi panti, dengan kriteria inklusi: (1) berusia 60 tahun ke atas; (2) terdaftar sebagai penghuni tetap; (3) tinggal minimal tiga bulan; (4) tidak sedang dalam kondisi medis akut; serta (5) bagi kelompok *active aging*, bersedia berpartisipasi secara sukarela (bagi kelompok *inactive aging*, persetujuan diperoleh melalui pengurus panti selaku wali perawatan).

Data dikumpulkan melalui tiga metode: pertama, *Focus Group Discussion* (FGD) dengan 10 lansia kelompok *active aging* selama ± 90 menit berfokus pada eksplorasi keenam dimensi *psychological well-being* Ryff (1989); kedua, observasi perilaku non-verbal terstruktur pada 17 lansia kelompok *inactive aging* mengamati dan kondisi kesehatan biologis.

ekspresi wajah, responsivitas sensorik, tanda distres, pola interaksi dengan *caregiver*, dan keterlibatan dalam aktivitas harian; ketiga, wawancara mendalam dengan tiga pengurus panti untuk memperoleh gambaran konteks institusional. Data FGD dianalisis menggunakan analisis tematik reflektif (Braun & Clarke, 2023) melalui enam tahap; data observasi dianalisis secara deskriptif menggunakan matriks enam dimensi *psychological well-being*; dan data wawancara dianalisis menggunakan analisis konten. Triangulasi sumber dilakukan untuk memperkuat validitas, serta *member checking* kepada dua partisipan FGD menunjukkan kongruensi tanpa revisi substansial.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Subjek Penelitian

Seluruh 27 penghuni Panti Wreda Husnul Khotimah berpartisipasi dalam penelitian ini. Tabel 2 menyajikan kategorisasi lengkap berdasarkan usia

Tabel 2. Kategorisasi 27 penghuni Panti Wreda Husnul Khotimah

Kelompok	n	Usia	Kondisi Kesehatan	Metode Data
Active Aging Young-Old	7	60-74 th	Fisik baik; mandiri; keluhan ringan	FGD + Observasi
Active Aging Middle-Old	3	75-90 th	Penurunan sedang; verbal baik	FGD + Observasi
Inactive Aging Young-Old	3	60-74 th	Mobilitas terbatas; depresi ringan	Observasi non-verbal + wawancara
Inactive Aging Middle-Old	9	75-90 th	Penurunan daya ingat; disorientasi waktu	Observasi non-verbal + wawancara
Inactive Aging Oldest-Old	5	>90 th	Kognitif berat; ketergantungan penuh	Observasi pasif + monitoring pengurus
TOTAL	27	60-100 th	Beragam sesuai kelompok	Tiga metode

Konteks Aktivitas Harian di Panti Wreda Husnul Khotimah

Sebelum memaparkan profil *psychological well-being* per dimensi, perlu dipahami konteks aktivitas harian yang berlangsung di panti sebagai variabel kontekstual. Terdapat tiga aktivitas utama yang teridentifikasi: kegiatan berkebun (*gardening*) di mana sejumlah lansia aktif merawat tanaman secara mandiri maupun bersama pengurus; kegiatan memasak bersama yang melibatkan pengolahan hasil panen kebun; serta aktivitas pengajian dan shalat berjamaah yang

berlangsung rutin. Ketiga aktivitas ini tidak dirancang sebagai program intervensi, melainkan ditemukan sebagai fenomena yang berlangsung alamiah dan terbukti mempengaruhi profil *psychological well-being* yang diuraikan berikut ini.

Gambaran Psychological Well-Being Kelompok Active Aging

Tabel 3 menyajikan gambaran *psychological well-being* kelompok *active aging* berdasarkan integrasi data FGD dan observasi.

Tabel 3. Gambaran *psychological well-being* kelompok *active aging*

Dimensi	Temuan FGD & Observasi	Level	Bentuk Nyata
Penerimaan Diri	Ekspresi syukur dan keikhlasan. Emosi laten saat topik penelantaran disinggung koping supresif adaptif.	Tinggi	'Menerima hidup apa adanya'; tidak menyalahkan keluarga
Hubungan Positif	Ikatan antarsesama penghuni terbentuk organik. Kontak hangat, tawa spontan, berbagi hasil masakan.	Tinggi	Aktif membantu sesama; berbagi makanan; peduli saat sesama sakit
Tujuan Hidup	Ibadah sebagai pusat makna. Berkebun dan memasak memperkuat rasa tujuan.	Tinggi	Ibadah alasan bangun pagi; aktif berkebun; berharap wafat baik
Penguasaan Lingkungan	Adaptasi baik terhadap rutinitas panti. Berkebun memberi pengalaman penguasaan nyata.	Sedang	Merawat tanaman; beradaptasi jadwal; tidak bersuara dalam kebijakan
Pertumbuhan Pribadi	Pertumbuhan spiritual dominan. Berkebun dan memasak menambah dimensi keterampilan baru.	Sedang	Mendalami Al-Quran; belajar menanam; mengolah hasil panen bersama
Otonomi	Seluruh aspek ditentukan sistem panti. Memilih tanaman berkebun = satu-satunya ruang otonomi bermakna.	Rendah	Tidak bisa pilih menu/jadwal; kendali hanya pada tanaman yang dirawat

Integrasi data menghasilkan empat temuan utama. Pertama, spiritualitas sebagai fondasi lintas dimensi: ibadah tidak hanya memenuhi Tujuan Hidup, tetapi juga memperkuat Penerimaan Diri dan Hubungan Positif (Hutagalung & Marbun, 2025). Kedua, aktivitas berkebun dan memasak bersama sebagai penguat *psychological well-being* terbukti berkontribusi pada dimensi Penguasaan Lingkungan dan Pertumbuhan Pribadi (Wang et al., 2022) serta Hubungan

Positif. Ketiga, rekonstruksi ikatan sosial antarsesama penghuni berhasil menggeser sumber dukungan dari keluarga biologis ke sesama penghuni, memenuhi dimensi Hubungan Positif sekaligus menjadi penyangga terhadap kesepian kronis (Maulida et al., 2025). Keempat, unresolved grief dan osilasi emosional teridentifikasi melalui data non-verbal (Sari & Muhammad, 2022). Otonomi tetap menjadi dimensi dengan capaian terendah.

4.1 Gambaran Psychological Well-Being

Kelompok Inactive Aging

Tabel 4 menyajikan gambaran *psychological well-being* kelompok *inactive aging* dalam empat tingkat kesehatan.

Tabel 4. Gambaran *psychological well-being* kelompok *inactive aging* berdasarkan tingkat kesehatan

Tingkat Kesehatan	N	Kondisi Dominan	Gambaran <i>psychological well-being</i>	Dimensi Teridentifikasi
TK I Fisik Terbatas, Kognitif Baik	5	Nyeri sendi, penurunan penglihatan ringan	Aktif verbal; spiritual kuat; antusias berkebun ringan dan menikmati masakan bersama	PD: Sedang-Tinggi HP: Tinggi TH: Tinggi OT: Rendah
TK II Penurunan Daya Ingat Ringan-Sedang	7	Penurunan daya ingat, gangguan pendengaran, disorientasi	Responsif stimulus familiar; keterikatan kuat pada satu caregiver; merespons musik dan aroma masakan positif	HP: Sedang TH: Sedang PD: Sedang OT: Rendah
TK III Risiko Psikologis	3	Gangguan tidur, riwayat depresi ringan, mobilitas terbatas	Unresolved grief jelas; penarikan diri; merasa tidak berguna; terbuka bila diajak bicara personal	PD: Rendah-Sedang HP: Sedang TH: Rendah-Sedang OT: Rendah

TK IV Kondisi Sangat Berat	2	Kognitif berat, fisik parah, ketergantungan penuh	Responsivitas verbal terbatas; ekspresi damai; tidak ada agitasi atau nyeri aktif	Tidak dapat dinilai penuh; indikator: bebas distres + dignified care
-------------------------------	---	---	---	--

Tingkat Kesehatan I menunjukkan profil *psychological well-being* sedang-tinggi, keterbatasan fisik tidak menghambat pencapaian bermakna. Tingkat Kesehatan II menampilkan keterikatan emosional spesifik pada satu *caregiver* sebagai determinan utama *psychological well-being* (Marpaung, 2024). Aroma masakan juga teridentifikasi sebagai stimulus yang memunculkan respons emosional positif. Tingkat Kesehatan III memerlukan perhatian tertinggi, *unresolved grief* teridentifikasi jelas dan berpotensi berkembang menjadi distres psikologis kronis (van der Kaap-Deeder et al., 2022), menjadi prioritas intervensi pada fase selanjutnya. Tingkat Kesehatan IV tidak dapat dievaluasi melalui dimensi standar; ketiadaan distres aktif dan kualitas *dignified care* menjadi indikator kesejahteraan yang valid. Spiritualitas terbukti beroperasi sebagai faktor protektif lintas semua tingkat kesehatan.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menggambarkan *psychological well-being* seluruh 27 penghuni Panti Wreda Husnul Khotimah menggunakan kerangka enam dimensi Ryff (1989). Tiga simpulan utama dirumuskan.

Pertama, gambaran *psychological well-being* kelompok *active aging* menunjukkan penerimaan diri, hubungan positif, dan tujuan hidup pada level tinggi ditopang spiritualitas, ikatan sosial antarsesama penghuni, serta aktivitas berkebun dan memasak bersama yang memperkuat Penguasaan Lingkungan dan Pertumbuhan Pribadi. Otonomi merupakan dimensi terendah. Dinamika *unresolved grief* tersembunyi dan osilasi penerimaan-kerinduan merupakan karakteristik psikologis khas.

Kedua, gambaran *psychological well-being* kelompok *inactive aging* bervariasi: Tingkat Kesehatan I menunjukkan profil sedang-tinggi; Tingkat Kesehatan II menunjukkan keterikatan emosional pada *caregiver* sebagai sumber hubungan positif utama; Tingkat Kesehatan III menunjukkan *unresolved grief* sebagai risiko distres kronis; dan Tingkat Kesehatan IV dinilai melalui indikator *dignified care*.

Ketiga, spiritualitas dan kualitas relasi sosial merupakan dua faktor protektif *psychological well-being* paling konsisten lintas kelompok. Keterbatasan penelitian mencakup

desain *cross-sectional*, satu panti dengan n=27, dan subjektivitas inheren dalam interpretasi non-verbal meski telah dimitigasi melalui triangulasi. Penelitian selanjutnya akan mengembangkan intervensi berbasis aktivitas yang berlandaskan gambaran *psychological well-being* ini.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim peneliti mengucapkan terima kasih kepada Dr. Wiwik Sulistyaningsih, M.Si., selaku dosen pengampu Mata Kuliah Intervensi Psikologi Non-Klinis Universitas Paramadina, atas bimbingan dan arahan selama proses penelitian berlangsung. Apresiasi tulus juga disampaikan kepada pimpinan, pengurus, dan seluruh penghuni Panti Wreda Husnul Khotimah, kawasan Islamic Village, Tangerang, atas kesediaan menjadi partisipan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik penduduk lanjut usia 2023*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/publication/2023/12/29/5d308763ac29278dd5860fad>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik penduduk lanjut usia 2024*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/publication/2024/12/31>
- Braun, V., & Clarke, V. (2023). Toward good practice in thematic analysis. *International Journal of Transgender Health*, 24(1), 1-6. <https://doi.org/10.1080/26895269.2022.2129597>
- Hutagalung, A., & Marbun, R. C. (2025). Spiritualitas sebagai kekuatan di masa tua. *Lumen: Jurnal Pendidikan Agama Katekese dan Pastoral*, 4(1), 204-211. <https://doi.org/10.55606/lumen.v3i2.481>
- Malahati, F. (2023). Gambaran penerimaan diri pada lansia di Indonesia. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1055-1064. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.702>
- Marpaung, Y. M. (2024). Quality of life among independent elderly residents in a nursing home in Banten Province. *Indonesian Journal*

- of *Global Health Research*, 6(3). <https://doi.org/10.37287/ijghr>
- Maulida, Y., Bahri, N. S., Hidayah, N. A., Maeyani, F., Larasati, B. D., Rahmadita, I. A., & Hikmah, S. (2025). Dinamika dukungan sosial dalam kehidupan sehari-hari lansia di panti jompo. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 9(1), 334-345. <https://doi.org/10.57214/jka.v9i1.867>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill.
- Sari, S. R., & Muhammad, S. (2022). Dukungan sosial pada lanjut usia perempuan yang terlantar di panti wredha. *Penelitian Psikologi*, 9(2), 172-186.
- Shafyra, M. N., & Ramadhanty, Z. (2024). Perasaan kesepian yang dialami lansia di panti jompo. *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, 1(11), 579-583.
- Simorangkir, L., Siallagan, A. M., Sitanggang, K. D., & Sihotang, D. (2024). Hubungan *psychological well-being* dengan kesepian pada lansia di Desa Tumba-Jae. *National Conference Update on Nursing*, 1(01), 48-55.
- Sobur, A. (2016). *Psikologi umum* (Edisi ke-6). CV Pustaka Setia.
- Sudirman, N. M. S., & Ibnu, I. F. (2025). Dukungan sosial untuk kesejahteraan psikologis lansia Sentra Gau Mabaji Kabupaten Gowa. *Hasanuddin Journal of Public Health*, 6(2). <https://doi.org/10.30597/hjph.v6i2.44166>
- van der Kaap-Deeder, J., Vermote, B., Waterschoot, J., Soenens, B., Morbee, S., & Vansteenkiste, M. (2022). The role of ego integrity and despair in older adults' well-being during the COVID-19 crisis. *European Journal of Ageing*, 19(1), 117-129. <https://doi.org/10.1007/s10433-021-00610-0>
- Wang, Z., Zhang, Y., Lu, S., Tan, L., Guo, W., Lown, M., Hu, X., & Liu, J. (2022). Horticultural therapy for general health in the older adults: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 17(2), e0263598. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263598>
- Wenny, B. P. (2024). Pengaruh *psychological well-being* terhadap tingkat kesepian pada lansia. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 15(2). <https://doi.org/10.30633/jkms.v15i2.3194>