

**PERAN DAY CARE LANSIA ‘AISYIYAH CONDONGCATUR, SLEMAN,  
YOGYAKARTA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL LANSIA**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk memenuhi sebagian syarat-syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)**

**Disusun Oleh:**

**Diyas Fitrotul Hummah**

**21102050056**

**Pembimbing:**

**Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si.**

**19830519 200912 2 002**

**PROGAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2025**

## HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1286/Un.02/DD/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : PERAN DAYCARE LANSIA 'AISYIYAH CONDONGCATUR, SLEMAN, YOGYAKARTA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL LANSIA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : DIYAS FITROTUL HUMMAH  
Nomor Induk Mahasiswa : 21102050056  
Telah diujikan pada : Senin, 04 Agustus 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

#### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang  
Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si  
SIGNED

Valid ID: 68a51964e393a



Penguji I

Dr. Muh. Ulil Absor, S.H.I., MA  
SIGNED

Valid ID: 68a7cbc31d51d



Penguji II

Nurul Fajriyah Prahistuti, S.Psi., M.A.  
SIGNED

Valid ID: 68a7c87817dd2



Yogyakarta, 04 Agustus 2025  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.  
SIGNED

Valid ID: 68a5761fd75ca

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:  
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Diyas Fitrotul Hummah

NIM 21102050056

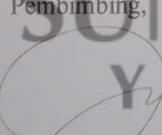
Judul Skripsi : Peran *Day Care* Lansia 'Aisyiyah Condongcatur, Sleman, Yogyakarta  
Dalam Menjaga Kesehatan Mental Lansia

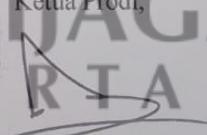
Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial (IKS) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan.  
Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 18 Agustus 2025

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

Pembimbing,   
Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si.  
NIP 19830519 200912 2 002

Mengetahui:  
Ketua Prodi,   
Muhammad Izzul Haq, Ph.D  
NIP 19810823 200901 1 007

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Diyas Fitrotul Humnah
NIM	:	21102050056
Program Studi	:	Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas	:	Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: **Peran Day Care Lansia 'Aisyiyah Condongcatur, Sleman, Yogyakarta Dalam Menjaga Kesehatan Mental Lansia** adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penyusun.

Yogyakarta, 18 Agustus 2025

Yang menyatakan,

  
2651BAMX426010737

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

Diyas Fitrotul Humnah  
NIM 21102050056

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh cinta dan rasa syukur, karya ini penulis persembahkan untuk kedua orang tua tercinta, Ibu Jumiyati dan Ayahanda Muh. Ali Yufron, yang dengan doa, kesabaran, dan kasih tanpa batas menjadi sumber kekuatan dalam setiap langkah. Untuk kakak penulis, Septi Indriyani Himatul Khasanah, yang tak hanya menjadi saudara, tetapi juga sahabat dan tempat berteduh di tengah lelah, terima kasih telah menjadi pelita saat gelap dan penyemangat saat langkah mulai ragu.

Persembahan ini juga ditujukan kepada para lansia hebat di *Day Care* Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur yang dengan cerita dan semangatnya telah mengajarkan arti hidup yang sesungguhnya. Untuk kampus tercinta, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, dan seluruh dosen di Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial yang telah menuntun penulis dengan ilmu dan teladan.

Terakhir untuk diri sendiri, yang masih terus belajar untuk menerima proses, menghargai perjalanan, dan mencintai kehidupan dengan lebih bijak. Terima kasih sudah tetap berjalan sejauh ini. Semoga kedepan, bisa terus tumbuh jadi pribadi yang lebih sabar, lebih tenang, dan lebih mengerti bahwa semua ini bukan tentang menjadi hebat, tapi tentang terus berusaha, sebaik yang kita bisa.

## **MOTTO**

Hidup ini tidak melulu tentang seberapa banyak yang bisa kita capai untuk diri sendiri, tapi tentang seberapa tulus kita bisa hadir untuk orang lain. Kadang, menjadi pendengar yang baik, menyapa dengan senyum, atau menemani seseorang yang kesepian adalah bentuk kebaikan yang tidak terlihat besar, tapi justru paling dibutuhkan. Sekecil apapun peran kita, selama dilakukan dengan hati, akan selalu

punya arti.



## KATA PENGANTAR

*Ahamdulillahirabbil'alamin*, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala atas limpahan rahmat, kasih sayang, serta nikmat kesehatan dan kesempatan yang tak terhingga. Berkat pertolongan-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad Saw., suri tauladan umat manusia, yang telah membimbing umat dari zaman kebodohan menuju era yang dipenuhi ilmu, iman, dan peradaban.

Skripsi yang berjudul “Peran *Day Care* Lansia ‘Asisyiyah Condongcatur, Sleman dalam Menjaga Kesehatan Mental Lansia” ini merupakan karya ilmiah yang penulis susun sebagai bagian dari syarat untuk meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa tidak sedikit tantangan dan keterbatasan yang dihadapi. Namun berkat dukungan, doa, dan bantuan dari berbagai pihak, penulis dapat melalui semuanya. Secara khusus, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada kedua orang tua tercinta, Ibu Jumiyati dan Ayahanda Muh. Ali Yufron, atas kasih sayang, pendidikan, dan doa yang tiada henti. Tak lupa, penulis juga menyampaikan rasa terima kasih kepada kakak tercinta, Septi Indriyani Himatul Khasanah yang tidak hanya hadir sebagai saudara, tetapi juga sebagai donatur utama dalam hidup penulis dan sahabat hidup yang selalu memberi dukungan, semangat, dan kepercayaan penuh kepada penulis hingga sejauh ini.

Selanjutnya, penulis ingin menyatakan dengan penuh hormat ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Noorhaidi, M.A., Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Muhammad Izzul Haq, Ph.D., selaku Kepala Program Studi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Khotibul Umam, M.Si., selaku Sekretaris Program Studi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Ibu Noorkamilah, S.Ag., M.Si., selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan selama perkuliahan.
6. Ibu Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan arahan selama proses penyusunan hingga selesainya skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial yang telah membekali penulis dengan ilmu, arahan, dan dukungan selama masa perkuliahan, yang sangat berarti dalam membentuk pemahaman akademik penulis.
8. Bapak Muh. Ali Yufron dan Ibu Jumiyati yang merupakan orangtua penulis, yang telah menjadi sumber kekuatan sekaligus tempat berpulang terbaik. Terima kasih atas cinta tanpa syarat, dan doa yang tak pernah berhenti mengiringi setiap langkah penulis.
9. Septi Indriyani Himatul Khasanah, selaku kakak penulis yang diam-diam menjadi sandaran, penyemangat, dan penopang dalam banyak hal. Hadirnya tak hanya

sebagai saudara, tetapi sebagai cahaya yang memberi keyakinan bahwa penulis tidak pernah berjalan sendirian.

10. Teman-teman seperjuangan di Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Khususnya Bruarida, Alfia, Key, dan Fadila yang telah menjadi teman tumbuh, berbagi proses, tawa, dan semangat dalam setiap langkah perjalanan ini.
11. Pemilik NIM 21105030031, seseorang yang selalu hadir di setiap proses penulis, memberi semangat, dukungan tanpa henti, dan menemani langkah- langkah penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi bagian penting yang menguatkan, dalam diam maupun dalam kata, dan dalam doa yang tak pernah penulis tahu kapan dipanjatkan.
12. Pengelola *Day Care* Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur yang telah memberikan izin penelitian, dan para peserta lansia atas cerita, keterbukaan, dan pengalaman yang telah dibagikan selama proses penelitian.

Akhir kata, semoga skripsi ini tidak hanya menjadi pemenuhan tugas akademik, tetapi juga memberi kontribusi nyata bagi kesejahteraan lansia dan menumbuhkan kepedulian sosial di tengah masyarakat.

## ABSTRAK

### PERAN DAY CARE LANSIA ‘AISYIYAH CONDONGCATUR, SLEMAN, YOGYAKARTA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL LANSIA

Diyas Fitrotul Hummah  
(21102050056)

Penelitian ini berjudul “*Upaya Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur, Sleman dalam Menjaga Kesehatan Mental Lansia*”. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada pentingnya kesehatan mental sebagai penentu kualitas hidup lansia, yang kerap kali terabaikan dibandingkan aspek fisik. Lansia sering menghadapi tantangan psikososial, seperti kesepian, kehilangan pasangan, maupun keterbatasan fisik, yang berpotensi menurunkan kesehatan mental mereka. Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur (DCLA) hadir sebagai lembaga berbasis komunitas yang berfokus pada peningkatan kualitas hidup lansia melalui kegiatan sosial, spiritual, fisik, dan psikologis yang terstruktur.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan upaya DCLA dalam menjaga kesehatan mental lansia serta mengidentifikasi hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaannya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari lima lansia peserta aktif DCLA yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, serta dokumentasi, dengan validitas data diperkuat melalui triangulasi sumber dan metode. Analisis data dilakukan menggunakan model Miles & Huberman melalui tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa DCLA berperan penting dalam menjaga kesehatan mental lansia melalui program-program seperti Senior School, Pesantren Lansia, kesenian angklung, pengajian, senam, serta evaluasi pre-test dan post-test. Kegiatan tersebut berdampak positif dalam mengurangi rasa kesepian, meningkatkan kepercayaan diri, memperkuat ketahanan spiritual, serta membangun rutinitas bermakna bagi lansia. Hambatan yang ditemui mencakup keterbatasan sumber daya manusia, sarana prasarana, kondisi fisik lansia yang menurun, serta minimnya dukungan keluarga.

Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa DCLA berfungsi tidak hanya sebagai pusat aktivitas lansia, tetapi juga sebagai ruang pemuliharaan psikososial yang mampu memberikan dukungan sosial dan spiritual, sehingga kualitas hidup lansia dapat meningkat. Penelitian ini sekaligus menegaskan relevansi teori Aktivitas, Teori Rekonstruksi Sosial, dan Teori Sistem dalam menjelaskan peran lembaga komunitas dalam menjaga kesehatan mental lansia.

**Kata kunci:** lansia, kesehatan mental, day care, kesejahteraan psikososial, komunitas, teori aktivitas, teori sistem.

## ABSTRACT

### **ROLE OF DAY CARE FOR THE ELDERLY 'AISYIYAH CONDONGCATUR, SLEMAN, YOGYAKARTA IN MAINTAINING THE MENTAL HEALTH OF ELDERLY**

Diyas Fitrotul Hummah  
(21102050056)

This research entitled “The Efforts of Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur, Sleman in Maintaining the Mental Health of the Elderly” highlights the significance of mental health as a determinant of the overall quality of life among older adults, which is often overshadowed by physical aspects. The elderly frequently encounter psychosocial challenges, such as loneliness, the loss of a spouse, and physical limitations, all of which may reduce their mental well-being. Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur (DCLA) functions as a community-based institution that aims to improve the quality of life of the elderly through structured social, spiritual, physical, and psychological programs.

The purpose of this study is to describe DCLA’s efforts in maintaining the mental health of the elderly and to identify the challenges faced in its implementation. This research employed a qualitative method with a case study approach. The subjects were five active elderly participants of DCLA, selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, participatory observation, and documentation, with validity reinforced by triangulation of sources and methods. Data analysis was carried out using Miles & Huberman’s interactive model consisting of three stages: data reduction, data display, and conclusion drawing.

The findings indicate that DCLA plays a vital role in maintaining the mental health of the elderly through programs such as Senior School, Elderly Pesantren, angklung music activities, religious study sessions, exercise, and structured pre-test and post-test evaluations. These activities had a positive impact in reducing loneliness, increasing self-confidence, strengthening spiritual resilience, and fostering meaningful routines for the elderly. However, challenges remain, including limited human resources, inadequate facilities, declining physical conditions of the elderly, and lack of family support.

In conclusion, DCLA serves not only as a center for elderly activities but also as a psychosocial recovery space that provides social and spiritual support, thereby enhancing the quality of life of the elderly. This study also reaffirms the relevance of Activity Theory, Social Reconstruction Theory, and System Theory in explaining the role of community institutions in sustaining the mental health of older adults.

**Keywords:** elderly, mental health, day care, psychosocial well-being, community, activity theory, systems theory.

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	2
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI .....	3
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	4
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	5
MOTTO.....	6
KATA PENGANTAR.....	7
ABSTRAK .....	10
ABSTRACT .....	11
DAFTAR ISI .....	12
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A.    Latar Belakang Masalah .....	1
B.    Rumusan Masalah.....	5
C.    Tujuan dan Kegunaan Penelitian .....	5
1.    Tujuan Penelitian.....	5
2.    Kegunaan Penelitian .....	6
D.    Kajian Pustaka .....	6
E.    Kerangka Teori.....	12
F.    Metode Penelitian.....	18
1.    Jenis Penelitian .....	18
2.    Sumber Data Primer: .....	19
3.    Sumber Data Sekunder .....	19
4.    Subjek dan Objek Penelitian.....	19
5.    Lokasi Penelitian.....	21
6.    Teknik Pengumpulan Data .....	21
7.    Teknik Analisis Data .....	22
8.    Teknik Keabsahan Data.....	23
BAB II DAY CARE LANSIA ‘AISYIYAH CONDONGCATUR .....	25

A.	Sejarah Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur .....	25
B.	Letak Geografis .....	28
C.	Visi dan Misi Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur .....	31
D.	Kepengurusan Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur .....	32
E.	Pendanaan.....	32
F.	Karakteristik Lansia di Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur .....	34
G.	Program Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur .....	35
1.	Program Utama.....	35
2.	Program Pendukung .....	50
<b>BAB III KESEHATAN MENTAL LANSIA DI DAY CARE LANSIA</b>		
<b>‘AISYIYAH CONDONGCATUR.....</b>		<b>55</b>
A.	Problem Lansia di Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur.....	55
1.	Lansia SHM (Kesepian Tanpa Keluarga).....	57
2.	Lansia SMN (Belum Memiliki Kegiatan Pasca Pensiun) .....	59
3.	Lansia PI (Butuh Teman) .....	65
4.	Lansia H (Mudah marah dan gelisah) .....	69
5.	Lansia W (Kesepian Setelah Berkegiatan) .....	71
<b>BAB IV .....</b>		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A.	Kesimpulan .....	96
B.	Saran .....	98
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>100</b>
<b>LAMPIRAN- LAMPIRAN.....</b>		<b>104</b>

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kesehatan mental pada lansia adalah bagian penting dalam menjaga kualitas hidup mereka. Banyak orang masih menganggap bahwa kesehatan mental lansia hanya relevan bagi individu dengan gangguan jiwa atau masalah psikologis seperti depresi dan kecemasan. Persepsi ini keliru, karena setiap lansia berhak merasa tenang, bahagia, dan sejahtera. Kesehatan mental dipilih sebagai fokus utama penelitian ini karena faktor tersebut menjadi penentu kualitas hidup lansia secara menyeluruh. Lansia dengan kesehatan mental baik lebih mampu beradaptasi dengan perubahan kondisi fisik, sosial, maupun psikologis yang dialami. Kementerian Kesehatan RI menegaskan bahwa kesehatan mental adalah kondisi ketika individu mampu menghadapi tekanan hidup, bekerja secara produktif, serta memberikan kontribusi bagi komunitasnya, dengan demikian, perhatian pada aspek mental sama pentingnya dengan perhatian pada aspek fisik lansia.<sup>1</sup>

Lansia adalah kelompok usia yang sangat rentan terhadap berbagai perubahan dalam kondisi dan situasi hidup mereka. Perubahan ini bisa disebabkan oleh faktor fisik, sosial, dan psikologis yang dialami seiring bertambahnya usia.<sup>2</sup> Ketika lansia tidak dapat beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada diri mereka, hal ini dapat

---

<sup>1</sup> Kementerian Kesehatan RI. "Pengertian Kesehatan Mental." Diakses pada 14 Agustus 2025, dari <https://promkes.kemkes.go.id/pengertian-kesehatan-mental>.

<sup>2</sup> Oktaviana, E. S, "Hubungan Interaksi Sosial Dan Self Efficacy Dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha". Skripsi (Surabaya: Program Pendidikan Ners Fakultas Kependidikan Universitas Airlangga, 2019), hlm.2.

menimbulkan berbagai masalah seperti merasa kesepian, mengalami stres, atau bahkan depresi. Ketidakmampuan untuk menerima perubahan ini dapat membuat kualitas hidup mereka menurun, sehingga penting untuk memberikan dukungan yang tepat agar lansia dapat menghadapi tantangan ini dengan lebih baik.

Menurut laporan Badan Pusat Statistik, proporsi orang lanjut usia (lansia) di Indonesia mencapai 11,75% pada tahun 2023.<sup>3</sup> Hal ini menunjukkan peningkatan sebesar 1,27% dari tahun sebelumnya, yaitu sebesar 10,48%. Artinya, setiap 100 orang yang berusia produktif (15-59 tahun) harus merawat sekitar 17 orang yang sudah lansia. Jumlah lansia perempuan lebih banyak daripada laki-laki, yaitu 52,82% dibandingkan 47,72%. Selain itu, jumlah lansia di kota lebih banyak dibandingkan di desa, dengan perbandingan 55,35% berbanding 44,65%. Sebanyak 63,59% lansia berusia antara 60-69 tahun, 27,76% berusia 70-79 tahun, dan 8,65% berusia 80 tahun ke atas. Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki persentase lansia terbesar, yaitu 16,6%, diikuti oleh Jawa Timur dan Jawa Tengah.

Presentase yang besar tersebut membawa tantangan tersendiri, karena kesehatan lansia di DIY dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti kondisi fisik, kesehatan mental, dukungan keluarga, dan akses ke layanan kesehatan. Penyakit fisik seperti hipertensi, diabetes, dan masalah kesehatan lainnya yang sering kali membatasi pergerakan dan aktivitas harian mereka. Masalah nutrisi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi, juga mempercepat proses penuaan dan memperburuk kondisi kesehatan mereka. Selain itu, adanya perasaan kesepian dan kurangnya interaksi

---

3 Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023. Badan Pusat Statistik.

sosial, serta keterbatasan finansial memperburuk kondisi mental lansia, sehingga mereka cenderung bergantung pada dukungan dari keluarga atau dukungan sosial, seperti berpartisipasi aktif dalam kegiatan seperti posyandu terbukti mampu meningkatkan kualitas hidup lansia.<sup>4</sup> Penelitian oleh Hidayati & Puspitasari menunjukkan bahwa keterlibatan lansia dalam aktivitas komunitas dapat menurunkan depresi secara signifikan.<sup>5</sup> Namun, sebagian besar program lansia di masyarakat masih terfokus pada kesehatan fisik atau aktivitas sosial ringan, belum menyentuh aspek kesehatan mental secara terstruktur.

*Day care* Lansia 'Aisyiyah Condongcatur adalah fasilitas yang dirancang untuk meningkatkan kualitas hidup lansia melalui program pendidikan dan dukungan yang holistik, dengan fokus pada kesehatan jasmani dan rohani, lembaga ini menawarkan berbagai kegiatan pembelajaran yang mencakup aqidah, ibadah, kesehatan, dan psikologi, serta keterampilan praktis. Selain itu, aktivitas fisik seperti senam dan pemeriksaan kesehatan diadakan untuk menjaga kebugaran peserta. Uniknya, lembaga ini menggunakan sistem *pre-test* dan *post-test* untuk menilai kondisi lansia dan menyesuaikan kegiatan dengan kebutuhan psikososial mereka. Hal ini menjadikan DCLA lebih unggul dibandingkan banyak day care lain yang belum memiliki mekanisme evaluasi semacam ini. Lembaga ini dikelola oleh Pimpinan Ranting 'Aisyiyah, lembaga ini melibatkan berbagai majelis terkait dan terbuka untuk lansia berusia 55 tahun ke atas, dengan kapasitas peserta 40 orang (5 lansia laki-laki,

<sup>4</sup> Zubaida Romawati, Agustina Rahmawati, "Pelatihan Kader Posyandu Lansia Untuk Meningkatkan Ketrampilan Kader Dalam Memberikan Layanan Posyandu Lansia", *Prosiding Unisayoga*, vol. 1, no. 22 Juli 2023, 660.

<sup>5</sup> Nurul Hidayati dan Rina Puspitasari, "Peran Aktivitas Sosial dalam Menurunkan Depresi Lansia di Yogyakarta," *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, vol. 5, no. 2 November 2020, 101–113.

dan 35 lansia perempuan).

Penelitian ini berfokus pada kesehatan mental karena aspek ini menjadi penentu penting bagi kualitas hidup lansia secara menyeluruh, terutama saat mereka menghadapi masa-masa kritis seperti pensiun, kehilangan pasangan, maupun keterbatasan fisik. *Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur (DCLA)* dipilih sebagai objek kajian karena lembaga ini tidak hanya menyediakan aktivitas rutin, tetapi juga menghadirkan ruang sosial dan spiritual yang mampu memberi dukungan emosional serta membantu lansia menemukan kembali makna hidup. Keistimewaan DCLA terlihat dari perubahan positif yang dialami para pesertanya, seperti berkurangnya rasa kesepian, tumbuhnya kepercayaan diri, hingga semakin kuatnya ketahanan spiritual. Hal ini menunjukkan bahwa DCLA memiliki peran penting dalam menjaga sekaligus meningkatkan kualitas hidup lansia.

Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur (DCLA) hadir dengan pendekatan berbeda. Tidak hanya menyediakan aktivitas rutin, DCLA menekankan integrasi dimensi sosial, spiritual, dan psikologis melalui kegiatan pengajian, pelatihan keterampilan, hingga evaluasi pre-test dan post-test untuk menilai kondisi lansia. Inovasi ini jarang ditemukan di lembaga day care lain, sehingga penelitian ini memiliki kebaruan (novelty) dalam mengkaji peran DCLA sebagai model pengelolaan kesehatan mental lansia berbasis komunitas.

Penelitian mengenai peran day care dalam menjaga kesehatan mental lansia di Indonesia hingga kini masih sangat terbatas. Sebagian besar studi dan praktik layanan lebih banyak menyoroti aspek fisik dan sosial, seperti senam lansia, pemeriksaan kesehatan, serta peningkatan partisipasi komunitas, sementara

intervensi yang secara khusus diarahkan pada kesehatan mental jarang ditemukan secara sistematis. Rahmawati Madanah menegaskan bahwa setelah perubahan regulasi melalui Permensos No. 7/2021, pelayanan day care lansia bahkan tidak lagi terintegrasi dalam program nasional, sehingga berdampak pada minimnya layanan berbasis komunitas yang berorientasi pada aspek psikososial dan kesehatan mental lansia.<sup>6</sup> Kondisi ini sejalan dengan temuan program posyandu lansia di Yogyakarta yang umumnya berfokus pada kegiatan fisik dan sosial, seperti senam, pemeriksaan kesehatan, serta pemberian makanan tambahan, tanpa penekanan mendalam pada kesehatan mental lansia.<sup>7</sup> Oleh karena itu, penting melakukan penelitian yang mendalam tentang kesehatan mental lansia di *day care* lansia untuk mengetahui bagaimana upaya *day care* lansia dalam menjaga kesehatan mental.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana peran *Day Care* Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur dalam menjaga kesehatan mental lansia?
2. Apa saja hambatan-hambatan yang dihadapi Lembaga *Day care* Lansia ‘Aisyiyah dalam meningkatkan kesehatan mental?

## C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

### 1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Mendeskripsikan dan menganalisis peran *Day Care* Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur dalam menjaga kesehatan mental lansia melalui program- program yang diselenggarakan.
- b. Mengidentifikasi berbagai hambatan yang dihadapi *Day Care* Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur dalam melaksanakan program peningkatan kesehatan mental lansia.

## 2. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberi manfaat dan kegunaan baik secara teoritis maupun praktis.

### a. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan masyarakat, psikologi perkembangan lanjut usia, serta kajian sosial mengenai kesehatan mental lansia. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan rujukan akademik dalam memperluas pemahaman mengenai peran lembaga *day care* dalam menjaga kesehatan mental lansia di Indonesia, mengingat penelitian dengan fokus serupa masih sangat terbatas.

### b. Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan, antara lain menjadi bahan pertimbangan untuk pengembangan program kesehatan mental lansia yang lebih efektif, memberikan informasi berguna bagi penyelenggara layanan kesehatan lansia, meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya perawatan lansia, serta menyediakan data untuk penelitian lanjutan tentang kesehatan mental lansia dan peran lembaga perawatan lansia.

## D. Kajian Pustaka

Penelitian Fauzi Kurniawan, dkk., pada tahun 2023 yang berjudul “Peran Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKSLU) Yayasan Sinar Agape Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia.” Mengemukakan bahwa peran Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Sinar Agape dalam meninangkatkan Kualitas Hidup yaitu untuk memberikan pelayanan sosial kepada lansia terlantar/miskin dan sebagai pendamping perawatan sosial untuk kehidupan lansia. LKS-LU juga berperan untuk meningkatkan kesejahteraan sosial bagi lanjut usia dalam membantu mendampingi aktivitas serta memenuhi kebutuhan dasar lanjut usia terlantar atau tidak potensial sehingga mendapatkan penghidupan yang layak. Adapun peran-peran yang dilaksanakan oleh LKS-LU Sinar

Agape berdasarkan indikator kualitas hidup lansia agar terlaksana dengan baik yaitu: 1) Pendamping Kesehatan Fisik, 2) Pendamping Psikologi lansia, 3) Pendamping Hubungan Sosial dan 4) Pendamping Lingkungan Hidup.<sup>8</sup>

Penelitian Neni Nurhayati pada tahun 2022 dengan judul “Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia Di Lingkungan Tempat Tinggal UPT Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Marpoyan Damai Pekanbaru”.<sup>9</sup> Mengemukakan bahwa pertama pelaksanaan bimbingan agama Islam di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Marpoyan Damai Pekanbaru. Secara umum metode yang digunakan pembimbing agama untuk meningkatkan kesehatan mental pada lansia menggunakan metode langsung dengan penerapan metode kelompok. Kegiatannya berupa metode ceramah dan dzikir dilakukan secara berjamaah di mushola materi yang berkaitan sesuai al-qur'an dan hadist. Materi secara umum yaitu Tazkiyatun Nafz yang meliputi materi Aqidah, ibadah, akhlak dan Nafz al- mutmainnah(menggapai ketenangan jiwa) dengan tujuan memotivasi agar meminimalisir gesekan-gesekan yang tidak diinginkan antar lansia sehingga menumbuhkan hidup sehat jasmani maupun mental agar selalu tumbuh semangat hidup dan lebih giat dalam beribadah, lebih mendekatkan diri kepada sang pencipta-Nya di hari tua. Kedua, kontribusi pembimbing agama Islam

<sup>8</sup> Fauzi Kurniawan, dkk., “Peran Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKSLU) Yayasan Sinar Agapae Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia”, *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, vol. 17, no. 1 Maret 2023.

<sup>9</sup> Neni Nurhayati, *Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia Di Lingkungan Tempat Tinggal UPT Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Marpoyan Damai Pekan Baru*, Skripsi (Riau: Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sultan Sayarif Kasim, 2022).

dalam meningkatkan kesehatan mental lansia yaitu dengan menjalankan fungsi dan tujuan bimbingan agama Islam yaitu memenuhi kebutuhan rohani lansia sehingga menjadi pendorong motivasi agar para lansia dapat menjalankan syariat agar mencapai tujuan yaitu ketenangan didunia maupun diakhirat.

Penelitian Aditya Cahyadi, dkk pada tahun 2022 dengan judul “Menjaga Kesehatan Fisik dan Mental Lanjut Usia Melalui Program Posyandu Lansia”. Mengemukakan bahwa peran dari program posyandu lansia dimaksudkan untuk memenuhi dan meningkatkan usaha pelayanan kesehatan fisik dan Mental bagi lansia yang umumnya membutuhkan bantuan dalam pemenuhan kebutuhan kesehatan fisik dan mental. Selain sebagai pemenuhan kebutuhan kesehatan fisik dan mental bagi lansia juga menjadi sarana rekreasi dan dapat bersosialisasi dengan teman sebaya ditengah kondisi mereka yang memiliki banyak waktu luang dan kesepian. Penyuluhan menjaga kesehatan fisik dan mental lanjut usia di program posyandu lansia berdampak positif untuk meningkatkan kesehatan mental dan spiritual pada lansia<sup>10</sup>.

Penelitian oleh Wiwin Widayanti yang berjudul “Peran Ustadz Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Dan Spiritual Pada Lansia Melalui Kajian Rutin Di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka”. Penelitian ini mengungkapkan betapa pentingnya peran ustadz dalam mendukung kesehatan mental dan spiritual lansia melalui kajian rutin di Mushola Raudhatussolihin, Desa Surawangi, Majalengka.

---

<sup>10</sup> Cahyadi, dkk., “Menjaga Kesehatan Fisik Dan Mental Lanjut Usia Melalui Program Posyandu Lansia”, *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, vol. 1, no. 1 Januari 2022

Seiring bertambahnya usia, banyak lansia menghadapi tantangan emosional akibat kehilangan pasangan, pekerjaan, atau karena kondisi fisik yang mulai menurun. Di sinilah dukungan spiritual dan psikologis dari ustaz menjadi sangat berarti. Kajian rutin ini diadakan setiap pagi selama dua jam, dimulai dengan sholawat, dilanjutkan dengan mauizhatul hasanah (nasehat baik), dan ditutup dengan doa. Setiap tiga bulan sekali, juga diadakan ziarah ke makam wali untuk mempererat ikatan spiritual. Materi dakwah seperti sholat, membaca Al-Qur'an, dzikir, dan puasa terbukti mampu memberikan ketenangan batin dan meningkatkan rasa percaya diri para lansia. Ustadz tidak hanya berperan sebagai pembimbing spiritual, tetapi juga sebagai motivator yang mendorong lansia untuk menemukan ketenangan rohani dan memperkuat hubungan sosial dengan sesama.<sup>11</sup>

Penelitian oleh Siti Maimunah, dkk., yang berjudul “Metode *Triple T* (Tasbih, Tahmid, Takbir) Terapi Kesehatan Mental Lansia Di Panti Werdha Kebonsari Wonocolo Surabaya”. Penelitian ini membahas tentang kesehatan mental lansia, yang sangat dipengaruhi oleh kondisi pikiran, akal, dan ingatan. Banyak lansia yang mengalami berbagai masalah, seperti pelupa, enggan berpikir, dan kesulitan dalam mengambil keputusan yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi sejauh mana metode triple T (Tasbih, Tahmid, Takbir) dapat berfungsi sebagai terapi kesehatan mental bagi lansia di Panti Wherda Kebonsari Wonocolo Surabaya. Pendekatan yang digunakan adalah

---

<sup>11</sup> Wiwin Widayati “Peran Ustadz Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Dan Spiritual Pada Lansia Melalui Kajian Rutin Di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka”, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UNMA*, vol. 6, no. 1 Juni 2024. 230-236.

kualitatif deskriptif, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Populasi penelitian terdiri dari 75 lansia dan 20 petugas kader lansia, dengan sampel sebanyak 7 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Hasil analisis menunjukkan bahwa metode triple T efektif dalam menjaga kesehatan mental lansia. Disarankan agar metode ini diamalkan secara non-formal setiap hari oleh para lansia di panti. Setelah melakukan dzikir dengan metode triple T, lansia dapat mengontrol diri, tidak mudah marah, dan lebih mampu menjalankan aktivitas dengan baik serta positif, serta lebih mendekatkan diri kepada Allah.<sup>12</sup>

Jurnal penelitian oleh Silvia Elki Putri, dkk., yang berjudul “Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Lansia terhadap Kesehatan Mental” mengemukakan bahwa Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam menjaga kualitas hidup lansia. Namun, rendahnya pengetahuan dan sikap positif terhadap kesehatan mental sering menjadi hambatan dalam mencapainya. Diperkirakan 121 juta manusia di muka bumi mengalami masalah Kesehatan Mental. Sejauh ini, prevalensi masalah Kesehatan Mental salah satunya depresi pada lansia di dunia berkisar 8-15% dan hasil meta analisis dari laporan negara-negara di dunia mendapatkan prevalensi rata-rata depresi pada lansia adalah 13,5% dengan perbandingan antara perempuan dan laki-laki yaitu 14,1:18,6. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas program edukasi di Sekolah Lansia dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap lansia terhadap

---

<sup>12</sup> Siti Maimunah, Rusdianingseh, Siti Nur Hasina, “Metode Triple T (Tasbih, Tahmid, Takbir) Terapi Kesehatan Mental Lansia Di Panti Werdha Kebonsari Wonocolo Surabaya”. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, vol. 13, no. 3 Juli 2023.

kesehatan mental. Metode pengabdian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-test* dan *post-test*. Sebanyak 30 lansia dilibatkan sebagai responden. Intervensi dilakukan melalui serangkaian sesi edukasi yang mencakup pengenalan kesehatan mental, pengelolaan stres, serta teknik peningkatan kesejahteraan kesehatan mental lansia. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap lansia terhadap kesehatan mental. Nilai *pre-test* pada pengetahuan lansia yaitu 60,0% dan meningkat yang dilihat dari hasil *post-test* yaitu 96,7%. Begitu juga dengan sikap juga mengalami peningkatan yaitu dari 30,0% (nilai *pre-test*) menjadi 96,7% (nilai *pos-test*).<sup>13</sup>

Keenam penelitian ini menyoroti berbagai tantangan yang dihadapi lansia, seperti penurunan kesehatan mental, kesepian, isolasi sosial, dan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan fisik dan mental, terutama di kalangan lansia miskin. Penelitian umumnya menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode purposive sampling, serta pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Intervensi yang diterapkan meliputi program posyandu lansia, bimbingan agama, kajian rutin, dan terapi spiritual dengan metode dzikir (Triple T). Hasilnya, seluruh program ini terbukti efektif meningkatkan kesehatan mental, spiritual, dan hubungan sosial lansia, membuat mereka merasa lebih percaya diri, tenang, dan bahagia dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan memiliki beberapa persamaan dan perbedaan.

Pertama, keduanya membahas pada

---

<sup>13</sup> Silvia Elki Putri, Pratiwi Gasril, dan Heriyanti, “Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Lansia Terhadap Kesehatan Mental”, *Jurnal Pengabdian UntukMu NegerI*, vol. 8, no 3 November 2024. 390-393.

masalah kesehatan mental lansia. Selain itu, baik penelitian terdahulu maupun yang dilakukan menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk menggali informasi lebih mendalam mengenai kondisi lansia.

Terdapat perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan. Penelitian terdahulu melibatkan berbagai lokasi dan lembaga sosial, seperti Panti Sosial Tresna Werdha dan Posyandu Lansia, sedangkan penelitian yang dilakukan lebih fokus pada *Day care* Lansia Aisyiyah Condongcatur Sleman, yang memiliki karakteristik atau pendekatan yang berbeda dalam menangani masalah lansia. Selain itu, perbedaan juga terletak pada narasumber yang terlibat. Penelitian terdahulu melibatkan berbagai pihak, seperti pembimbing agama, psikolog, dan kader posyandu, sementara penelitian yang dilakukan lebih terfokus pada pandangan dan pengalaman langsung dari lansia yang menjadi responden penelitian, serta pengurus *Day care* Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur yang berinteraksi dengan mereka, sehingga memperoleh data yang lebih spesifik dan mendalam dari pengalaman lansia di lokasi tersebut. Perbedaan-perbedaan ini memberikan peluang untuk memperkaya pemahaman mengenai peran lembaga sosial dalam mendukung kesehatan mental lansia di berbagai konteks yang berbeda.

## E. Kerangka Teori

Kemenkes mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi ketika seseorang mampu menyadari potensi dirinya, menghadapi tekanan hidup secara wajar, bekerja

secara produktif, dan memberikan kontribusi pada komunitasnya.<sup>14</sup> Definisi ini menegaskan bahwa kesehatan mental tidak hanya berarti bebas dari gangguan jiwa, tetapi juga meliputi kesejahteraan psikologis dan sosial. Oleh karena itu, upaya DCLA dalam mendukung aktivitas, spiritualitas, dan interaksi sosial para lansia sejalan dengan konsep kesehatan mental holistik yang ditegaskan Kemenkes. Dalam penelitian ini, kerangka teori berfungsi sebagai dasar konseptual untuk menganalisis bagaimana Day Care Lansia 'Aisyiyah Condongcatur (DCLA) berperan dalam menjaga kesehatan mental lansia. Beberapa teori digunakan untuk memperkuat pemahaman, yaitu:

- 1) Teori aktivitas, berpendapat bahwa semakin aktif dan terlibatnya seseorang di usia lanjut, semakin kecil kemungkinan mereka untuk menjadi lemah dan merasa tidak berdaya. Lansia yang tetap aktif cenderung merasa lebih puas dengan hidup mereka karena terus menjalankan peran dan tanggung jawab yang sebelumnya mereka jalani di usia dewasa.<sup>15</sup> Teori ini menekankan pentingnya menemukan peran baru atau aktivitas pengganti yang dapat menjaga keterlibatan sosial dan memberikan makna dalam hidup. Misalnya, seorang lansia yang sebelumnya berprofesi sebagai guru bisa tetap berbagi pengetahuan dengan menjadi relawan di sekolah atau lembaga pendidikan. Hal ini tidak hanya membuat mereka tetap aktif secara mental, tetapi juga memberikan rasa kontribusi yang berarti bagi masyarakat.

Dalam konteks DCLA, teori ini terlihat melalui program senam lansia, kegiatan pembelajaran agama, keterampilan praktis, hingga aktivitas kelompok yang

---

<sup>14</sup> Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "Ayo Sehat" diakses 14 Agustus 2025, <https://ayosehat.kemkes.go.id/pengertian-kesehatan-mental>

<sup>15</sup> Siti Maryam, dkk., *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, (Jakarta: Salemba Medika, 2008), 50-51.

mempererat interaksi sosial. Dengan aktivitas tersebut, lansia tidak hanya menjaga kebugaran fisik, tetapi juga merasakan manfaat psikologis berupa rasa dihargai, diterima, dan bermanfaat.

- 2) Teori Rekonstruksi Gangguan Sosial (Social Breakdown Reconstruction Theory) yang dikemukakan oleh Kuypers dan Bengston serta dikutip oleh Yuli Azmi Rozali menjelaskan bahwa seiring bertambahnya usia, banyak lansia mulai memandang dunia sosial secara negatif merasa tersisih, tidak dibutuhkan, bahkan dianggap “tidak mampu”. Pandangan ini sering kali muncul karena kurangnya dukungan dan layanan yang mereka terima dari lingkungan sekitar. Teori ini menyarankan pendekatan yang lebih manusiawi, yaitu dengan membangun kembali cara pandang tersebut melalui penciptaan sistem dukungan yang lebih kuat dan lingkungan yang inklusif.<sup>16</sup> Artinya, lansia perlu diberi ruang untuk tetap aktif, dilibatkan dalam aktivitas sosial, dan yang terpenting, tidak lagi dilabeli dengan stigma yang merendahkan. Ketika mereka merasa didukung dan diberi kepercayaan untuk berperan, rasa percaya diri pun tumbuh kembali. Mereka merasa dihargai, tidak tersinggung, dan lebih bersemangat menjalani hari. Inilah yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas hidup lansia bukan hanya secara fisik, tetapi juga secara emosional dan sosial.

Dalam konteks DCLA, teori ini tercermin dari upaya lembaga memberikan ruang bagi lansia untuk membangun kembali peran dan fungsi sosialnya melalui kegiatan komunitas, pendidikan, serta interaksi sosial yang terstruktur. Dengan demikian, lansia tidak hanya terhindar dari isolasi sosial tetapi juga mampu

---

<sup>16</sup> Yuli Azmi Rozali, “Penyesuaian Pribadi Dan Sosial Usia Lanjut”, Jurnal Esa Unggul vol. 7, no. 3 September 2010, 152.

merekonstruksi identitas sosialnya secara lebih positif.

- 3) Teori Sistem, menurut Minuchin yang dikutip oleh Anastasia, dkk., memandang bahwa keluarga bukan sekedar kumpulan individu, melainkan sebuah sistem yang saling terhubung. Minuchin menyebut ada tiga hal penting yang membuat sistem keluarga terus berjalan. Pertama, keluarga adalah sistem terbuka, yang terus mengalami perubahan dan tumbuh seiring waktu. Kedua, setiap tahapan kehidupan termasuk saat anggota keluarga mulai menua dan menuntut adanya penyesuaian peran dan pola interaksi. Dan ketiga, keluarga harus mampu beradaptasi dengan perubahan, baik dari dalam seperti anak yang tumbuh dewasa atau orang tua yang mulai menua, maupun dari luar seperti tekanan ekonomi atau perubahan sosial, agar tetap stabil dan sehat secara emosional. Dalam konteks lansia, teori ini menegaskan bahwa keberadaan mereka tetap penting, bukan hanya sebagai bagian dari masa lalu keluarga, tetapi juga sebagai bagian dari masa kini yang masih hidup, bernapas, dan ingin dihargai.<sup>17</sup>

Ketika lansia mulai kehilangan peran sentralnya dalam keluarga, bukan berarti makna dirinya ikut memudar. Justru di titik inilah, keluarga ditantang untuk menyesuaikan cara berinteraksi dengan lebih peka, lebih terbuka, dan lebih hangat. Merawat lansia bukan hanya soal menjaga tubuh yang menua, tetapi juga merawat hubungan yang membuat mereka merasa berarti.<sup>18</sup> DCLA dapat dipandang sebagai sistem sosial yang memberikan dukungan emosional, spiritual, dan psikososial yang

<sup>17</sup> Anastasia Maratning, Maria Frani Ayu Andari Dias, Mentari Mentari, “Dukungan Keluarga pada Lansia di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia (PPRSLU) Budi Sejahtera Banjarbaru Tahun 2023”, *Jurnal Medika Nusantara*, vol. 2, no. 1 Februari 2024, 206.

<sup>18</sup> Fauziah Nasution, Fadilah Rahmi Nasution, Nazala Putri Hutasuhut, Rohima Dinda usumai, Zahra ulia, “Peran Keluarga dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia”, *Jurnal Publikasi Psikologi*, vol. 3, no. 2 Mei 2025, 33-34.

membantu lansia tetap merasa menjadi bagian dari komunitas.

- 4) Teori Kesehatan Mental Lansia menurut Kemenkes RI, Teori kesehatan mental sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa menjelaskan bahwa kesehatan mental adalah kondisi ketika individu menyadari kemampuan dirinya, mampu menghadapi tekanan hidup sehari-hari, bekerja secara produktif, dan berkontribusi kepada komunitasnya.<sup>19</sup> Artinya, kesehatan jiwa bukan sekadar ketiadaan gangguan mental, melainkan suatu keadaan sejahtera yang memungkinkan individu berfungsi secara optimal dalam kehidupan pribadi maupun sosial.

Selain itu, Kementerian Kesehatan juga menekankan pentingnya literasi kesehatan mental, yakni pengetahuan dan keyakinan seseorang untuk mengenali, mengelola, dan mencegah gangguan jiwa. Literasi ini membantu mengurangi stigma, meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap stres, serta mempermudah akses terhadap layanan kesehatan mental. Dengan pemahaman yang baik, masyarakat, termasuk lansia, lebih mampu menjaga keseimbangan emosional, bersikap adaptif, dan tetap berdaya dalam menghadapi perubahan di usia lanjut.

Dalam konteks Daycare Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur (DCLA), teori ini tercermin dalam berbagai program yang dijalankan lembaga untuk menjaga kesehatan mental lansia. Kegiatan seperti konseling, olahraga ringan, aktivitas seni, rekreasi sosial, dan bimbingan spiritual merupakan bentuk nyata peran DCLA

---

<sup>19</sup> Republik Indonesia, Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa, Pasal 1 ayat (1)

dalam membangun kesadaran diri lansia, memperkuat kemampuan mereka menghadapi tekanan hidup, serta menjaga produktivitas dan kontribusi sosial. Dengan demikian, DCLA berfungsi sebagai agen yang tidak hanya memberi pelayanan sosial, tetapi juga mendukung kesejahteraan mental lansia sesuai dengan konsep kesehatan jiwa Kemenkes.

#### a. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Menurut Fauzia, dkk., kesehatan mental lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan.<sup>20</sup> Salah satu yang paling penting adalah peran keluarga. Keluarga bukan hanya menjadi tempat untuk mendapatkan dukungan emosional, tetapi juga berperan besar dalam menjaga kondisi fisik dan mental lansia. Ketika keluarga memberikan perhatian dan kasih sayang, lansia merasa lebih aman, lebih percaya diri, dan tentu saja lebih bahagia. Ini juga memperbaiki kualitas hidup mereka, terutama dengan keterlibatan aktif dalam aktivitas sehari-hari. Selain itu, hubungan sosial yang stabil dan positif, baik dengan komunitas maupun keluarga, sangat mempengaruhi keseimbangan emosional lansia. Di negara-negara dengan budaya kolektif, seperti Tiongkok, dukungan dari keluarga besar dan masyarakat menjadi salah satu pilar penting dalam menjaga kesehatan mental lansia.

Kesehatan fisik juga memainkan peran yang tak kalah penting. Lansia yang menjaga kebugaran tubuh melalui aktivitas fisik, seperti senam lansia, tidak hanya merasakan peningkatan kebugaran jasmani, tetapi juga mendapat manfaat emosional. Aktivitas fisik ini membantu mengurangi risiko kecacatan dan memperbaiki suasana

---

<sup>20</sup> Fauzia Nur Qonita, Nanda Annisa Salsabila, Niken Fitri Anjani, Syahnur Rahman, "Kesehatan Pada Orang Lanjut Usia", *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, vol. 2, no. 1 Juli 2021, 16-17.

hati mereka. Selain itu, akses ke layanan kesehatan yang baik sangat penting untuk mendukung kesejahteraan mental mereka, karena pengobatan yang tepat dan terapi yang sesuai dapat menjaga kestabilan fisik dan mental lansia.

Lingkungan tempat tinggal juga berperan besar dalam kesehatan mental lansia. Tempat tinggal yang aman, nyaman, dan mendukung dapat membantu mengurangi rasa cemas dan memberi ketenangan bagi lansia. Lansia yang tinggal di lingkungan yang memadai, dengan fasilitas kesehatan dan ruang sosial yang cukup, cenderung memiliki keseimbangan mental yang lebih baik. Terakhir, kemandirian juga sangat penting. Lansia yang merasa bisa mengatur hidupnya sendiri dan membuat keputusan independen akan lebih merasa berdaya dan memiliki kesehatan mental yang lebih baik. Di negara-negara Barat, misalnya, kemandirian ini sangat dihargai dan menjadi faktor penting dalam kesejahteraan mental lansia.

## F. Metode Penelitian

### 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode kualitatif dipilih karena penelitian ini berusaha memahami fenomena secara mendalam dan holistik melalui perspektif para lansia serta pengelola *Day Care* Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur (DCLA). Pendekatan studi kasus digunakan karena penelitian difokuskan pada satu lembaga tertentu dengan tujuan menggali secara rinci bagaimana upaya DCLA dalam menjaga kesehatan mental lansia.

## 2. Sumber Data Primer:

Data primer diperoleh langsung dari hasil wawancara mendalam dengan lima orang lansia peserta aktif DCLA serta pengelola lembaga. Selain itu, data primer juga dikumpulkan melalui observasi non partisipatif terhadap aktivitas lansia di DCLA dan interaksi antar peserta maupun dengan pengelola.

## 3. Sumber Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari berbagai dokumen dan literatur terkait, seperti arsip kegiatan DCLA, dan foto kegiatan.

## 4. Subjek dan Objek Penelitian

### a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah lima orang lansia peserta aktif Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur (DCLA) yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pemilihan subjek dilakukan secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, yaitu keaktifan dalam mengikuti kegiatan minimal enam bulan berturut-turut, keterwakilan gender, serta kesediaan untuk menjadi informan. Kriteria keaktifan dipertimbangkan agar informan memiliki pengalaman yang cukup mengenai program dan aktivitas DCLA, sehingga mampu memberikan data yang mendalam. Keterwakilan gender juga dipandang penting, mengingat mayoritas peserta DCLA adalah perempuan, namun tetap diperlukan informan laki-laki untuk melihat adanya kemungkinan perbedaan kebutuhan psikososial. Kesediaan menjadi informan menjadi syarat utama, sebab penelitian kualitatif membutuhkan keterbukaan partisipan dalam membagikan pengalaman pribadi mereka, baik yang bersifat positif maupun

negatif. Selain itu, pemilihan subjek mempertimbangkan keberagaman latar belakang sosial, pendidikan, kondisi kesehatan, dan pengalaman psikologis, seperti kehilangan pasangan, penyakit kronis, maupun keterbatasan ekonomi. Dengan demikian, meskipun jumlah subjek hanya lima orang, data yang diperoleh kaya, mendalam, dan kontekstual, sejalan dengan pandangan Moleong yang menekankan bahwa dalam penelitian kualitatif, kedalaman informasi lebih penting dibandingkan jumlah partisipan.

#### **b. Objek Penelitian**

Objek penelitian ini adalah upaya Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur (DCLA) dalam menjaga kesehatan mental lansia, yang meliputi berbagai program kegiatan seperti senam, pengajian, serta pembelajaran keterampilan, dan spiritual dalam menciptakan lingkungan yang suportif bagi peserta. Penelitian ini juga menyoroti mekanisme evaluasi melalui pre-test dan post-test yang digunakan DCLA untuk menyesuaikan program dengan kebutuhan psikososial lansia, menjadikannya berbeda dengan banyak day care lain yang belum menerapkan sistem serupa. Selain itu, penelitian ini mencakup analisis hambatan yang dihadapi DCLA, baik internal berupa keterbatasan sumber daya manusia dan sarana, maupun eksternal seperti menurunnya kondisi fisik lansia dan kurangnya dukungan keluarga, sehingga memberikan gambaran komprehensif mengenai peran dan tantangan lembaga ini dalam menjaga kesehatan mental lansia.

## 5. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu di *Day care Lansia* ‘Aisyiyah Condong Catur yang beralamat di Jl. Gempol, Condongcatur, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

## 6. Teknik Pengumpulan Data

Dalam proses penelitian ini, peneliti memanfaatkan sejumlah metode yaitu:

### a. Wawancara

Wawancara mendalam dilakukan dengan menggunakan panduan pertanyaan terbuka yang fleksibel, sehingga memungkinkan informan mengungkapkan pengalaman pribadi mereka secara lebih luas dan mendalam.

Wawancara ini bertujuan menggali pemahaman lansia mengenai kesehatan mental, pengalaman mereka dalam mengikuti kegiatan di DCLA, serta pandangan mereka mengenai manfaat dan hambatan program. Selain dengan para lansia, wawancara juga dilakukan dengan pengelola dan pendamping kegiatan untuk memperoleh perspektif kelembagaan. Teknik ini dipilih karena mampu menggali informasi subjektif yang tidak dapat diperoleh hanya dengan observasi atau dokumen, serta memungkinkan peneliti memahami perasaan, motivasi, dan makna yang dialami informan secara langsung.

### b. Observasi *Non Partisipatif*

Observasi dilakukan dengan cara peneliti hadir langsung dalam kegiatan yang diselenggarakan DCLA, seperti senam lansia, pengajian, pembelajaran, kegiatan keterampilan, serta sesi pemeriksaan kesehatan. Meskipun disebut non-

partisipatif, peneliti sesekali berinteraksi untuk menjaga keterhubungan dengan subjek penelitian, tanpa mengubah dinamika kegiatan yang berlangsung. Melalui observasi ini, peneliti dapat melihat bagaimana interaksi antar lansia, respon emosional yang muncul dalam kegiatan, serta suasana lingkungan sosial yang terbentuk di DCLA. Dengan demikian, data yang diperoleh lebih kontekstual, autentik, dan dapat digunakan untuk memverifikasi informasi dari hasil wawancara.

#### c. Dokumentasi

Teknik dokumentasi digunakan untuk melengkapi data wawancara dan observasi melalui pengumpulan bukti tertulis maupun visual. Dokumen yang dianalisis antara lain: catatan kegiatan, laporan hasil pre-test dan post-test lansia, absensi peserta, serta foto kegiatan yang relevan dengan penelitian. Selain itu, peneliti juga mengumpulkan dokumen pendukung berupa arsip internal DCLA, brosur, dan catatan administrasi program. Data dokumentasi ini penting karena memberikan dasar faktual, memudahkan peneliti dalam melakukan verifikasi informasi, serta membantu memperkaya deskripsi hasil penelitian.

### 7. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan model interaktif Miles dan Huberman, yang terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

**a. Reduksi Data.** Pada tahap ini, peneliti melakukan seleksi terhadap data mentah yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data yang masih bersifat luas, beragam, dan belum terstruktur disederhanakan

dengan cara memilih hal-hal yang relevan sesuai fokus penelitian, yaitu upaya DCLA dalam menjaga kesehatan mental lansia dan hambatan yang dihadapinya.

- b. Penyajian Data.** Setelah data direduksi, langkah berikutnya adalah menyajikan data dalam bentuk uraian naratif yang sistematis. Data yang telah dikelompokkan dituliskan dalam bentuk deskripsi rinci, matriks, dan tabel sederhana untuk mempermudah pembacaan dan analisis lebih lanjut. Penyajian data ini dimaksudkan agar peneliti dapat memahami konteks secara utuh, melihat pola yang muncul, serta menemukan hubungan antara program DCLA dan kondisi kesehatan mental lansia.
- c. Penarikan Kesimpulan.** Tahap akhir dari analisis data adalah menarik kesimpulan. Kesimpulan diambil berdasarkan pola-pola yang konsisten dalam data, misalnya keterkaitan antara keterlibatan lansia dalam kegiatan keagamaan dengan berkurangnya rasa kesepian, atau hubungan antara evaluasi pre-test dan post-test dengan penyesuaian program DCLA.

## 8. Teknik Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif, keabsahan data sangat penting untuk memastikan bahwa temuan benar-benar mencerminkan realitas di lapangan. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik sebagaimana dianjurkan oleh ahli metodologi kualitatif.

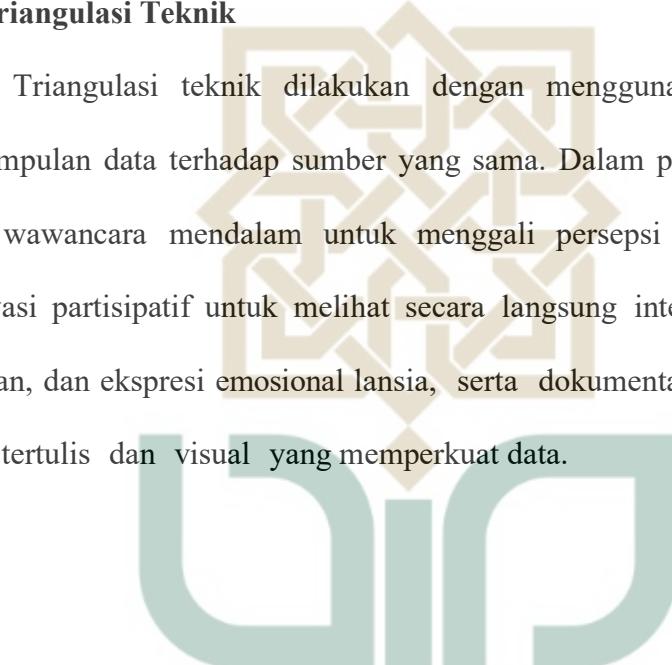
### a. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber dilakukan dengan cara membandingkan data dari berbagai informan. Dalam penelitian ini, data diperoleh dari lansia peserta aktif

DCLA yang menceritakan pengalaman subjektif mereka terkait kesehatan mental sebelum dan sesudah mengikuti program, pengelola DCLA yang memberikan informasi mengenai tujuan, serta hambatan lembaga dalam melaksanakan program, dokumen resmi seperti laporan pre-test dan post-test, absensi, catatan kegiatan, serta foto kegiatan.

**b. Triangulasi Teknik**

Triangulasi teknik dilakukan dengan menggunakan beragam metode pengumpulan data terhadap sumber yang sama. Dalam penelitian ini digunakan yaitu wawancara mendalam untuk menggali persepsi lansia dan pengelola, observasi partisipatif untuk melihat secara langsung interaksi sosial, dinamika kegiatan, dan ekspresi emosional lansia, serta dokumentasi untuk memperoleh bukti tertulis dan visual yang memperkuat data.



## BAB IV

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa *Day Care Lansia* ‘Aisyiyah Condongcatur (DCLA) memiliki peran yang signifikan sebagai ruang intervensi psikososial yang tidak hanya menyediakan aktivitas rutin, tetapi juga berfungsi sebagai ruang pemulihan dan penguatan kualitas hidup bagi lansia. DCLA berhasil menghadirkan pendekatan yang bersifat holistik melalui kombinasi aspek sosial, psikologis, spiritual, dan fisik, sehingga menjadi “rumah kedua” bagi para lansia yang sebelumnya mengalami perasaan kesepian, kebingungan, ataupun kehilangan arah hidup akibat perubahan kondisi di masa tua.

Hasil penelitian terhadap lima subjek utama yaitu SHM, SMN, PI, H, dan W menggambarkan bahwa meskipun setiap lansia datang dengan latar belakang permasalahan dan pengalaman hidup yang berbeda, mereka menemukan harapan dan makna baru melalui keterlibatan dalam program-program DCLA. Kegiatan seperti *Senior School*, Pesantren Lansia, dan Kesenian Angklung tidak hanya berfungsi sebagai pengisi waktu, tetapi juga menjadi sarana aktualisasi diri yang memungkinkan lansia merasa dihargai, didengar, serta kembali terhubung dengan lingkungan sosialnya.

Keunikan DCLA terletak pada penerapan mekanisme *pre-test* dan *post-test* yang memberikan gambaran komprehensif mengenai kondisi psikososial lansia sebelum dan sesudah mengikuti program. Pendekatan ini menegaskan bahwa lansia diperlakukan sebagai individu yang utuh, dengan kebutuhan dan potensi yang

berbeda-beda. Dampak positif yang teridentifikasi meliputi meningkatnya keceriaan dan kepercayaan diri, munculnya kesabaran, serta bertambahnya rasa bermakna dalam hidup sehari-hari.

Secara lebih spesifik, terdapat empat dampak utama yang dapat disimpulkan dari peran DCLA: (1) meningkatnya pengakuan diri dan rasa memiliki tempat dalam lingkungan sosial; (2) berkurangnya rasa kesepian dan kecemasan, yang digantikan dengan perasaan tenang dan bahagia; (3) menguatnya spiritualitas, sehingga lansia lebih damai dan bersyukur; serta (4) terbentuknya rutinitas baru yang menumbuhkan semangat dan kemandirian dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Meskipun demikian, penelitian ini juga menemukan adanya hambatan, baik internal maupun eksternal. Hambatan internal meliputi keterbatasan dana, sarana prasarana, dan tenaga pengelola, sedangkan hambatan eksternal berkaitan dengan kondisi fisik lansia yang semakin menurun serta kurangnya dukungan keluarga. Namun, keterbatasan ini tidak mengurangi kualitas pendampingan, karena pengurus DCLA tetap menunjukkan dedikasi yang tinggi berbasis kepedulian dan nilai keikhlasan, sehingga membangun relasi yang sangat serta solidaritas yang kuat antara lansia dan pengelola.

Secara teoritis, temuan ini menguatkan Teori Sistem yang dikemukakan Salvador Minuchin, bahwa ketika dukungan dari keluarga inti melemah, maka komunitas seperti DCLA dapat menjadi *sistem substitusi* yang memberikan rasa keterhubungan dan kebermaknaan. Temuan ini juga sejalan dengan Teori Aktivitas,

yang menegaskan pentingnya keterlibatan aktif dalam berbagai kegiatan sosial untuk mempertahankan kesehatan mental dan kepuasan hidup pada usia lanjut. Selanjutnya, hasil penelitian ini mengafirmasi Teori Rekonstruksi Sosial yang dikembangkan Kuypers dan Bengtson, bahwa lansia yang mendapat kesempatan berinteraksi dalam lingkungan sosial yang mendukung akan mampu membangun kembali identitas diri, menyesuaikan diri dengan peran sosial baru, serta mempertahankan kesehatan mental secara optimal.

## **B. Saran**

Berdasarkan temuan di lapangan, ada beberapa saran yang bisa disampaikan:

### 1. Untuk Pengelola DCLA

Semangat dan ketulusan pengurus sudah luar biasa. Namun ke depan, DCLA perlu didukung secara lebih berkelanjutan baik dari segi dana, fasilitas, maupun pelatihan untuk pengelola. Hal ini agar kegiatan bisa terus berjalan dengan kualitas yang semakin baik dan menyentuh lebih banyak lansia.

### 2. Untuk Pemerintah dan Lembaga Sosial

DCLA bisa menjadi contoh praktik baik bagi pengembangan layanan sosial lansia berbasis komunitas. Pemerintah bisa menggandeng komunitas seperti ini sebagai mitra strategis untuk menciptakan lingkungan yang ramah lansia dan mendukung penuaan yang sehat dan bermakna.

### 3. Untuk Keluarga Lansia

Dukungan keluarga sangat penting. Ketika anak atau keluarga mendorong lansia untuk ikut serta, memberi semangat, bahkan menemani ke tempat kegiatan, hal itu menjadi jembatan penting bagi lansia untuk kembali percaya diri dan merasa dicintai.

### 4. Untuk Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini bisa dikembangkan lebih lanjut, misalnya dengan pendekatan kuantitatif untuk melihat dampak jangka panjang program secara statistik. Selain itu, studi perbandingan antar day care juga dapat memperkaya pemahaman tentang model pelayanan lansia yang efektif.



## DAFTAR PUSTAKA

Anastasia, Maratning, Maria Frani Ayu Andari Dias, dan Mentari Mentari. “Dukungan Keluarga pada Lansia di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia (PPRSLU) Budi Sejahtera Banjarbaru Tahun 2023.” *Jurnal Medika Nusantara*, vol. 2, no. 1, Februari 2024, hlm. 206.

Avienda, Pratiwi, Nurullita Umi Hasanah, Dian Putri Oktavia, dan Heni Indriani. “Membangun Posyandu Lansia: Strategi Meningkatkan Minat dan Partisipasi Posyandu Lansia di Padukuhan Siyono Wetan.” *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat LPPM Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta*, vol. 2, no. 2, September 2024, hlm. 1546–1550.

Badan Pusat Statistik. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023*. Jakarta: BPS, 2023.

Cahyadi, dkk. “Menjaga Kesehatan Fisik dan Mental Lanjut Usia Melalui Program

Posyandu Lansia.” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, vol. 1, no. 1, Januari 2022.

Fauzia, Nur Qonita, Nanda Annisa Salsabila, Niken Fitri Anjani, dan Syahnur Rahman. “Kesehatan Pada Orang Lanjut Usia.” *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, vol. 2, no. 1, Juli 2021, hlm. 16–17.

Fauziah, Nasution, Fadilah Rahmi Nasution, Nazala Putri Hutasuhut, Rohima Dinda Usumai, dan Zahra Ulia. “Peran Keluarga dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia.” *Jurnal Publikasi Psikologi*, vol. 3, no. 2, Mei 2025, hlm. 33–34.

Hidayati, Nurul, dan Rina Puspitasari. “Peran Aktivitas Sosial dalam Menurunkan Depresi Lansia di Yogyakarta.” *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*,

vol. 5, no. 2, November 2020, hlm. 101–113.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. “Ayo Sehat.” Diakses 14 Agustus 2025. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pengertian-kesehatan-mental>

Kurniawan, Fauzi, dkk. “Peran Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKSLU) Yayasan Sinar Agapae dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia.” *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, vol. 17, no. 1, Maret 2023.

Madanih, Rahmawati. “Urgensi Pelayanan Harian (Day Care) Lanjut Usia di Indonesia.” *Sosio Informa*, vol. 7, no. 3, Desember 2021, hlm. 263–278.

Maryam, Siti, dkk. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika, 2008.

Nurhayati, Neni. *Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Lansia di Lingkungan Tempat Tinggal UPT Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotmah Marpoyan Damai Pekan Baru*. Skripsi. Riau: UIN Sultan Sayarif Kasim, 2022.

Oktaviana, E. S. *Hubungan Interaksi Sosial dan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Panti Werdha*. Skripsi. Surabaya: Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga, 2019.

Putri, Silvia Elki, Pratiwi Gasril, dan Heriyanti. “Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Lansia Terhadap Kesehatan Mental.” *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*, vol. 8, no. 3, November 2024, hlm. 390–393.

Republik Indonesia. *Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan*

*Jiwa.*

Romawati, Zubaida, dan Agustina Rahmawati. “Pelatihan Kader Posyandu Lansia untuk Meningkatkan Ketrampilan Kader dalam Memberikan Layanan Posyandu Lansia.” *Prosiding Unisayogya*, vol. 1, no. 22, Juli 2023, hlm. 660.

Rozali, Yuli Azmi. “Penyesuaian Pribadi dan Sosial Usia Lanjut.” *Jurnal Esa Unggul*, vol. 7, no. 3, September 2010, hlm. 152.

Widayati, Wiwin. “Peran Ustadz dalam Meningkatkan Kesehatan Mental dan Spiritual pada Lansia melalui Kajian Rutin di Mushola Raudhatussolihin Desa Surawangi Kecamatan Jatiwangi Kabupaten

Majalengka.” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UNMA*, vol. 6, no. 1, Juni 2024, hlm. 230–236.

Wawancara dengan Ibu Mahsunah, Kepala Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur, Sleman, 2025.

Wawancara dengan Ibu Susi, Badan Pembina DCLA, Sleman, 2025.

Wawancara dengan Ibu Tien, Sekretaris Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur, Sleman, 2025.

Wawancara dengan lansia H di Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur, Sleman, 2025.

Wawancara dengan lansia PI di Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur, Sleman, 2025.

Wawancara dengan lansia SHM di Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur, Sleman, 2025.

Wawancara dengan lansia SMN di Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur, Sleman, 2025.

Wawancara dengan lansia W di Day Care Lansia ‘Aisyiyah Condongcatur, Sleman, 2025.

Maimunah, Siti, Rusdianingseh, dan Siti Nur Hasina. “Metode Triple T (Tasbih, Tahmid, Takbir) Terapi Kesehatan Mental Lansia di Panti Werdha Kebonsari Wonocolo Surabaya.” *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, vol. 13, no. 3, Juli 2023.

