

**PEMBERDAYAAN PSIKOSOSIAL LANSIA  
MELALUI INTERVENSI NARATIF BERBASIS  
MEMORY CARD DI YAYASAN AL-JENDERAMI  
MALAYSIA**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana**

**Disusun oleh:**

**Sofia Nurul Husna**

**NIM 22102030047**

**Dosen Pembimbing:**

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

**NIP 19830811 201101 2 010**

**PROGRAM STUDI PENGEMBANGAN MASYARAKAT ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2026**

# 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-920/Un.02/DD/PP.00.9/06/2026

Tugas Akhir dengan judul : **PEMBERDAYAAN PSIKOSOSIAL LANSIA MELALUI INTERVENSI NARATIF BERBASIS *MEMORY CARD* DI YAYASAN AL-JENDERAMI MALAYSIA**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : **SOFIA NURUL HUSNA**  
Nomor Induk Mahasiswa : **22102030047**  
Telah diujikan pada : **Rabu, 03 Juni 2026**  
Nilai ujian Tugas Akhir : **A**

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

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Siti Aminah, S.Sos.I., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 6a2133b764ee5



Penguji I

Muhamad Rashif Hilmi, S.Si., M.Sc.  
SIGNED

Valid ID: 6a224b192d203



Penguji II

Beti Nur Hayati, M.A.  
SIGNED

Valid ID: 6a222b8710ab1



Yogyakarta, 03 Juni 2026

UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

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

Valid ID: 6a224c2a0abb4

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

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

*Assalamu'alaikum wr. wb.*

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

Nama : Sofia Nurul Husna  
NIM : 22102030047  
Judul Skripsi : Pemberdayaan Psikososial Lansia Melalui Intervensi Naratif Berbasis Memory Card di Yayasan Al-Jenderami Malaysia

skripsi tersebut sudah memenuhi syarat:

- ✓ Bebas dari unsur plagiarisme
- ✓ Hasil pemeriksaan similaritas melalui Turnitin menunjukkan tingkat kemiripan sebesar 15% dengan setelan "small match exclusion" sepuluh kata.
- ✓ Sistematika penulisan telah sesuai dengan Pedoman Penulisan Skripsi yang berlaku

dan sudah dapat diajukan kepada Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan.

Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Mengetahui:  
Ketua Program Studi



Siti Aminah, S.Sos.I, M.Si.  
NIP. 198308112011012010

Yogyakarta, 26 Mei 2026  
Dosen Pembimbing,



Siti Aminah, S.Sos.I, M.Si.  
NIP. 198308112011012010

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sofia Nurul Husna  
NIM : 22102030047  
Prodi : Pengembangan Masyarakat Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: Pemberdayaan Psikososial Lansia Melalui Intervensi Naratif Berbasis Memory Card di Yayasan Al-Jenderami Malaysia adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme, kecuali bagian- bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 26 Mei 2026

Yang menyatakan,



Sofia Nurul Husna  
NIM 22102030047

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Saya persembahkan karya ini kepada semua orang yang sudah mendukung saya sepanjang hidup dan perjalanan pendidikan saya, dan saya bersyukur kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala atas segala cinta, rahmat, dan pertolongan-Nya. Saya ingin menyampaikan rasa terima kasih saya kepada orang tua saya atas cinta mereka yang tak tergoyahkan, doa-doa mereka yang tak henti-hentinya, dan semua pengorbanan yang sudah membantu saya tetap kuat hingga hari ini. Untuk kakak, adik, keluarga, sahabat-sahabat, dan seluruh orang baik yang selalu hadir dengan dukungan, perhatian, serta ketulusan, terima kasih sudah memperindah perjalanan yang penuh makna ini.

Kepada Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, terima kasih sudah menjadi ruang bertumbuh yang memperkaya cara pandang saya tentang kehidupan, masyarakat, dan nilai-nilai kemanusiaan. Dengan penuh hormat, karya ini juga saya persembahkan kepada Yayasan Al-Jenderami, Malaysia, yang sudah menyambut saya dengan hangatny nilai-nilai keislaman, ketulusan, serta kasih pada setiap perjumpaan.

Terakhir, untuk diri saya sendiri yang sudah melewati begitu banyak proses dengan segala jatuh bangun di dalamnya. Terima kasih sebab tidak menyerah, sebab tetap memilih melanjutkan langkah, dan sebab terus percaya bahwasannya setiap tawa, air mata, dan doa akan menemukan maknanya pada waktunya.

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

“Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.” (QS. Al-Insyirah: 5-6)

“Semua harapan yang senantiasa dilangitkan, pada waktunya akan dikabulkan. Kail-kail harapan berbuah sesuai apa yang menjadi umpan. Jika gelap, percayalah harapan akan menyertaimu. Matahari akan terbit, juga senyumanmu.”

(Sofia Nurul Husna)

*“If we never try, how will we know? Dan sungguh ketetapan-Nya senantiasa yang terbaik bagi hamba-Nya”*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## KATA PENGANTAR

Pertama penulis memanjatkan syukur dan pujian kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala atas segala kasih sayang, pertolongan, jalan-jalan baik, serta rahmat yang senantiasa Allah hadirkan pada setiap proses kehidupan penulis. Atas izin dan ridha-Nya, skripsi yang berjudul "*Pemberdayaan Psikososial Lansia melalui Intervensi Naratif Berbasis Memory Card di Yayasan Al-Jenderami Malaysia*" ini akhirnya bisa terselesaikan dengan baik. Nabi Muhammad Shallallahu 'Alaihi Wasallam ialah seorang manusia agung yang memperkenalkan umat manusia pada cahaya ilmu, kelembutan kasih sayang, dan keindahan akhlak. Semoga shalawat dan salam senantiasa tercurah kepadanya. Semoga di hari kiamat, kita termasuk di antara hamba-hamba yang menerima syafaat.

Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini bukanlah perjalanan yang bisa dilalui seorang diri. Di dalamnya terdapat begitu banyak doa, dukungan, pertolongan, kehangatan, serta ketulusan dari berbagai pihak yang hadir membersamai setiap langkah penulis, baik pada keadaan mudah maupun sulit. Banyak pelajaran kehidupan yang tidak hanya penulis temukan melalui proses akademik, tetapi juga melalui perjumpaan, nasihat, dan pengalaman selama menjalani penelitian ini. Dengan segala hormat, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang sudah mendukung, membantu, mendorong, mendengarkan, dan mendoakan selama proses penyusunan skripsi ini, khususnya kepada:

1. Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

2. Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Siti Aminah, S.Sos.I., M.Si., selaku Ketua Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi (DPS) penulis. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala doa, perhatian, dukungan, kesabaran, serta ketulusan yang senantiasa diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas setiap arahan, nasihat, dan ilmu yang tidak hanya membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian, tetapi juga menguatkan penulis untuk terus bertumbuh pada proses akademik maupun kehidupan. Kebaikan dan keikhlasan ibu menjadi salah satu hal berharga yang akan selalu penulis ingat pada perjalanan ini.
4. Bapak Drs. Moh Abu Suhud, M.Pd., selaku Dosen Penasihat Akademik (DPA) penulis. Terima kasih atas arahan, perhatian, serta dukungan yang sudah diberikan selama proses perkuliahan di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Setiap nasihat dan bimbingan yang diberikan menjadi bagian penting pada perjalanan akademik dan proses bertumbuh penulis hingga sampai pada tahap ini.
5. Segenap dosen dan karyawan Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Terima kasih atas ilmu, bimbingan, dan setiap nilai kehidupan yang sudah diberikan selama proses perkuliahan. Kehadiran

Bapak dan Ibu tidak hanya mengantarkan penulis pada pemahaman akademik, tetapi juga memperluas cara pandang penulis dalam memaknai manusia, pengabdian, dan kehidupan sosial dengan lebih bijaksana.

6. Kedua orang tua tersayang, Ibu Nining dan Bapa Ace Wahidin, terima kasih atas setiap doa yang mengiringi langkah penulis hingga sampai pada titik ini. Terutama kepada Ibu, perempuan paling kuat pada hidup penulis, yang dengan cinta, perjuangan, dan kasih sayangnya selalu menjadi rumah untuk pulang, penguat di setiap keadaan, sekaligus alasan penulis mampu bertahan dan berdiri hingga hari ini. Banyak hal yang tidak mampu penulis balas selain doa dan rasa syukur sebab sudah mempunyai sosok ibu yang begitu luas nan besar hatinya. Skripsi ini penulis persembahkan selaku bentuk cinta, hormat, dan terima kasih atas seluruh pengorbanan yang sudah diusahakan dengan penuh kasih sepanjang hidup penulis.
7. Kepada kakak-kakak terbaik penulis, Fahmi Awaludin, Aprilia Pujianti, dan Alvian Khoirul Anam, terima kasih atas dukungan, perhatian, dan kehadiran yang selalu menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Terima kasih sudah menjadi tempat pulang, berbagi cerita, dan sumber kekuatan di tengah proses panjang penyusunan skripsi ini. Setiap doa, kepedulian, dan kehangatan yang diberikan mempunyai arti yang begitu besar bagi penulis hingga mampu sampai pada titik ini.
8. Kepada adik tersayang penulis, Gita Faridatun Nisa, terima kasih sebab selalu menjadi seseorang yang paling penulis percaya guna mendengar segala hal tanpa perlu berpura-pura menjadi siapa pun. Terima kasih sudah

hadir dengan ketulusan, perhatian, dan kasih yang membuat penulis merasa selalu mempunyai tempat untuk pulang di tengah lelahnya proses kehidupan. Kehadiran Nggit bukan hanya menjadi bagian dari kebahagiaan penulis, tetapi juga menjadi alasan bagi penulis untuk terus bertumbuh, belajar menjadi lebih kuat, dan berusaha menjadi manusia yang lebih baik serta bermanfaat bagi orang lain. Tidak banyak yang mampu memahami penulis sedalam itu, dan sebab itulah keberadaan Nggit akan selalu menjadi hal yang sangat berharga pada hidup penulis.

9. Kepada sahabat-sahabat tersayang penulis, OK GURL, Alya Hanifah, Anis Khoirun Nisa, Khairunisa Wahyu Hidayat, dan Zia Rahmawati, terima kasih sudah menjadi bagian penting pada perjalanan hidup penulis. Terima kasih sebab selalu menerima penulis dengan utuh, membersamai setiap proses bertumbuh, serta menghadirkan ruang yang penuh hangat untuk kembali pulang. Bersama kalian, penulis memahami bahwasannya persahabatan tidak selalu tentang hadir di setiap waktu, tetapi tentang tetap tinggal dan saling menguatkan pada setiap episode perjalanan kehidupan. Kehadiran kalian sudah menjadi bagian yang sangat berharga pada hidup penulis, dan akan selalu penulis simpan selaku salah satu bentuk kebaikan Tuhan yang paling hangat.
10. Kepada seluruh keluarga besar Yayasan Al-Jenderami Malaysia, khususnya para Warga Emas Pusat Pengajian Hayat Ibu Ayah, terima kasih atas setiap doa, kebaikan, dan kasih yang dihadirkan pada setiap perjumpaan. Kehangatan nilai-nilai keislaman, keteduhan akhlak, serta cerita kehidupan

yang dibagikan sudah menjadi pelajaran berharga yang tidak hanya menemani proses penelitian penulis, tetapi juga menetap pada perjalanan hidup penulis.

11. Kepada sahabat-sahabat terbaik penulis, Naylil Muna Shofia, Aqila Rifqa Fayyaza, Najwa Althofun Nisa, Mas Razif Raihan Rasyid, Mba Mufida Rahma, Luul Nur Azizah, Mba Ina Rotudduja, dan Dewi Faridhatul Isti'annah, terima kasih sudah menjadi bagian dari cerita tumbuh penulis di Yogyakarta. Terima kasih sebab sudah menghadirkan kehangatan yang membuat kota perantauan terasa seperti rumah kedua, tempat di mana penulis menemukan banyak tawa, cerita, dan pelajaran tentang arti kebersamaan. Kehadiran kalian sudah menjadi bagian indah pada perjalanan hidup penulis yang akan selalu dikenang dengan penuh rasa syukur.
12. Kepada adik-adik dan keluarga besar Garduaction - Nyala Litera Indonesia Parangkusumo Yogyakarta tercinta, terima kasih sudah menjadi ruang yang mengajarkan penulis tentang arti kehidupan dengan cara yang begitu sederhana namun membekas. Dari tawa-tawa kecil, tangan-tangan yang hangat menggenggam, serta kebersamaan yang tumbuh tanpa syarat. Kehadiran kalian bukan hanya menjadi bagian dari perjalanan pengabdian penulis, tetapi juga menjadi jejak hati yang akan selalu hidup dan dirindukan pada perjalanan hidup penulis.
13. Kepada keluarga besar Yayasan Wredha Mulya serta teman-teman Praktik Pengembangan Masyarakat (PPM), terima kasih atas satu tahun penuh perjalanan, dinamika, dan kebersamaan yang begitu berharga. Dari tempat

ini, penulis tidak hanya belajar tentang pengabdian, tetapi juga menemukan panggilan hati guna memahami kehidupan lansia dengan lebih dekat dan manusiawi. Setiap cerita, pelukan hangat, dan proses yang dilalui bersama menjadi jejak bermakna yang turut membentuk cara pandang dan perjalanan hidup penulis hingga hari ini.

14. Teman-teman Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam angkatan 2022, terima kasih sudah menjadi bagian dari perjalanan panjang ini, kebersamaan proses belajar, bertumbuh, dan berjuang bersama hingga sampai pada titik ini. Semoga setiap langkah yang kita tempuh kelak dipenuhi keberkahan dan membawa kita pada jalan pengabdian terbaik bagi masyarakat.

15. Seluruh pihak yang sudah hadir dan mengambil bagian pada perjalanan studi serta proses penyusunan skripsi ini, terima kasih atas setiap doa, bantuan, dukungan, dan kebaikan yang diberikan kepada penulis. Mungkin tidak semua nama bisa tertulis satu per satu, namun setiap jejak perhatian dan ketulusan akan selalu mempunyai tempat yang berharga pada perjalanan hidup penulis. Semoga segala kebaikan yang sudah diberikan dibalas dengan keberkahan dan kasih sayang Allah Subhanahu wa Ta'ala.

16. *Last but not least, I wanna thank myself. I wanna thank myself for believing, even when the road felt uncertain. I wanna thank myself for surviving every exhausting season without giving up, for every silent prayer, every unseen effort, and every tear hidden behind a smile. I wanna thank myself for continuing to grow through every pain, every lesson, and every long night*

*that life carried along the way. This thesis is more than an academic accomplishment; it is a quiet proof that I survived, endured, and continued to grow through everything that tried to break me. And for that, I am deeply proud of myself.*

Penulis berharap penelitian ini dapat memberi manfaat, memperluas wawasan, serta menjadi salah satu sumbangsih dalam pengembangan keilmuan Pengembangan Masyarakat Islam, khususnya pada kajian pemberdayaan psikososial lansia. Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari sempurna dan tidak terlepas dari berbagai keterbatasan dalam proses penyusunannya. Oleh sebab itu, penulis dengan segala kerendahan hati menerima kritik dan saran yang membangun sebagai bagian dari proses belajar dan perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih.

Penulis,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Sofia Nurul Husna

## ABSTRAK

Peningkatan jumlah lansia yang diiringi dengan berbagai permasalahan psikososial, seperti kesepian, kehilangan peran sosial, *post power syndrome*, serta menurunnya rasa kebermaknaan hidup. Kondisi tersebut memperlihatkan pentingnya pendekatan pemberdayaan yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga pada dimensi psikososial lansia. Penelitian ini bertujuan guna mendeskripsikan proses pelaksanaan pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis *Memory Card* di Yayasan Al-Jenderami Malaysia, dan menentukan faktor-faktor yang mendukung dan menghambat pelaksanaannya. Wawancara mendalam, observasi partisipan, dan studi dokumentasi termasuk di antara metode pengumpulan data yang dipakai pada studi kualitatif deskriptif. Dua belas warga lanjut usia dan tiga fasilitator yang dipilih melalui pengambilan sampel bertujuan membentuk informan penelitian. Model Miles dan Huberman dipakai untuk analisis data, yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Triangulasi sumber dan teknik dipakai untuk pengujian. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa intervensi naratif berbasis *Memory Card* mampu menciptakan ruang reflektif yang mendorong lansia untuk mengekspresikan pengalaman hidup, memperkuat relasi sosial, meningkatkan rasa dihargai, serta membangun kembali makna hidup dan identitas diri dengan cara positif. Proses intervensi berlangsung melalui aktivitas berbagi cerita, refleksi pengalaman, dan interaksi kelompok yang menyenangkan serta berbasis nilai spiritual. Faktor pendukung penelitian meliputi lingkungan yayasan yang religius dan suportif, keterbukaan lansia, serta penggunaan media yang interaktif dan sederhana. Sementara itu, faktor penghambat meliputi keterbatasan kondisi fisik lansia, perbedaan kemampuan komunikasi, serta kondisi emosional tertentu yang memengaruhi keterlibatan partisipan pada sesi intervensi.

Kata Kunci: *pemberdayaan psikososial, lansia, intervensi naratif, Memory Card, Yayasan Al-Jenderami.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRACT

*The growing elderly population has been accompanied by various psychosocial challenges, including loneliness, loss of social roles, post power syndrome, and a declining sense of meaning in life. These conditions highlight the importance of empowerment approaches that focus not only on the physical well-being of older adults but also on their psychosocial dimensions. This study aims to examine the implementation process of psychosocial empowerment among older adults through a Memory Card-based narrative intervention at Yayasan Al-Jenderami, Malaysia, and to determine what influences its execution, both positively and negatively. A descriptive qualitative technique was used in this study. Participatory observation, in-depth interviews, and documentation studies were used to gather data. Twelve senior citizens and three facilitators who were chosen using purposive sample methods made up the informants. The Miles and Huberman interactive model was used for data analysis, which included data reduction, data presentation, and conclusion drawing. By using source and technique triangulation, the data's validity was guaranteed. The results show that the narrative intervention based on memory cards produced a contemplative and engaging environment that inspired senior citizens to share their life experiences, strengthen social relationships, enhance their sense of self-worth, and reconstruct positive meanings of life and self-identity. Supporting factors included the foundation's religious and supportive environment, participants' openness, and the use of simple yet engaging media. Meanwhile, inhibiting factors included physical limitations, differences in communication abilities, and emotional conditions affecting participants' engagement during the intervention process.*

*Keywords: psychosocial empowerment, older adults, narrative intervention, Memory Card, Yayasan Al-Jenderami.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xx</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. RUMUSAN MASALAH .....	8
C. TUJUAN PENELITIAN .....	8
D. MANFAAT PENELITIAN .....	9
1. Manfaat Teoritis .....	9
2. Manfaat Praktis .....	9
E. KAJIAN PUSTAKA.....	10
F. KERANGKA TEORI .....	15
1. Teori Pemberdayaan Psikososial ( <i>Psychosocial Empowerment</i> ).....	16
2. Teori Naratif ( <i>Narrative Theory</i> ) .....	17
3. <i>Psychosocial Development Theory</i> .....	19
G. METODE PENELITIAN .....	20
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	20
2. Teknik Pengumpulan Data .....	21
3. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	25
4. Teknik Analisis Data .....	26
5. Teknik Validitas Data .....	27
H. SISTEMATIKA PEMBAHASAN.....	28
<b>BAB II YAYASAN AL-JENDERAMI, MALAYSIA</b> .....	<b>30</b>

A. PROFIL DAN LETAK GEOGRAFIS YAYASAN AL-JENDERAMI .....	30
B. KEGIATAN YAYASAN AL-JENDERAMI dengan cara UMUM.....	35
1. Program Dakwah dan Syiar .....	35
2. Program Pendidikan.....	36
3. Program Ekonomi dan Perniagaan.....	39
4. Program Sosial dan Aktivitas Komunitas .....	43
C. PUSAT PENGAJIAN SEPANJANG HAYAT IBU AYAH .....	47
1. Konsep Pembelajaran Sepanjang Hayat (Lifelong Learning).....	47
2. Visi dan Misi PPSHIA .....	48
3. Tujuan dan Struktur Pengelolaan PPSHIA .....	49
<b>BAB III PEMBAHASAN .....</b>	<b>51</b>
A. PROSES PELAKSANAAN PEMBERDAYAAN PSIKOSOSIAL LANSIA MELALUI INTERVENSI NARATIF BERBASIS <i>MEMORY CARD</i> .....	51
1. Tahap Persiapan Konsep dan Media .....	52
2. Tahap Observasi dan Pendekatan.....	55
3. Tahap Sosialisasi Kegiatan.....	58
4. Tahap Pelaksanaan .....	60
5. Tahap Refleksi dan Rekonstruksi Narasi .....	65
B. FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PEMBERDAYAAN PSIKOSOSIAL LANSIA MELALUI INTERVENSI NARATIF BERBASIS MEMORY CARD .....	67
1. Faktor Pendukung pada Dimensi Intrapersonal .....	67
2. Faktor Pendukung pada Dimensi Interpersonal .....	69
3. Faktor Pendukung pada Dimensi Behavioral.....	71
4. Faktor Penghambat pada Dimensi Intrapersonal .....	72
5. Faktor Penghambat pada Dimensi Interpersonal .....	73
6. Faktor Penghambat pada Dimensi Behavioral.....	75
C. ANALISIS PROSES PELAKSANAAN PEMBERDAYAAN PSIKOSOSIAL LANSIA MELALUI INTERVENSI NARATIF BERBASIS MEMORY CARD .....	77
D. ANALISIS FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PEMBERDAYAAN PSIKOSOSIAL LANSIA MELALUI INTERVENSI NARATIF BERBASIS MEMORY CARD .....	81
1. Dimensi Intrapersonal .....	83
2. Dimensi Interpersonal .....	85
3. Dimensi Behavioral.....	86

<b>BAB IV PENUTUP .....</b>	<b>89</b>
A. KESIMPULAN .....	89
B. SARAN.....	91
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>94</b>
<b>LAMPIRAN - LAMPIRAN .....</b>	<b>102</b>
A. Surat Izin Penelitian.....	102
B. Instrumen Penelitian .....	103
C. Daftar Riwayat Hidup.....	106



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tema dan Pertanyaan dalam memory Card.....	54
Tabel 3. 2 Memory Card's Guide Book .....	54



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Komplek Yayasan Al-Jenderami .....	30
Gambar 2. 2 Transformasi Yayasan Al-Jenderami .....	31
Gambar 2. 3 Tata Ruang Yayasan Al-Jenderami .....	33
Gambar 2. 4 Tata Ruang Fasa Perumahan .....	34
Gambar 2. 5 Fasilitas Kedai di Yayasan Al-Jenderami .....	34
Gambar 2. 6 Poster Program Dakwah/Syiar Yayasan Al-Jenderami .....	36
Gambar 2. 7 Sahsiah Pengajian Al-Qur'an .....	37
Gambar 2. 8 Perayaan Hari Jadi PPSHIA .....	38
Gambar 2. 9 Kajian Perempuan bersama Warga Emas .....	39
Gambar 2. 10 Pengajian Kitab Turath (Mingguan).....	39
Gambar 2. 11 Restoran Istana Lentik.....	40
Gambar 2. 12 Barakah Mart.....	41
Gambar 2. 13 Kedai Alam Nur Beauty Health .....	41
Gambar 2. 14 Al-Jenderami Jewels.....	42
Gambar 2. 15 Kedai Farzu Niaga.....	43
Gambar 2. 16 Senam Taichi .....	44
Gambar 2. 17 Keberangkatan Rehlah Ibadah .....	45
Gambar 2. 18 Sambutan Perayaan Maulid Rasul SAW .....	46
Gambar 2. 19 Galeri Emas Yayasan Al-Jenderami .....	46
Gambar 2. 20 Perkumpulan Warga Emas PPSHIA.....	48
Gambar 2. 21 Diskusi Pengelolaan PPSHIA .....	50
Gambar 3. 1 Tema dan Pertanyaan dalam Memory Card .....	52
Gambar 3. 2 Design Cover Memory Card .....	53
Gambar 3. 3 Kumpulan Design Memory Card .....	53
Gambar 3. 4 Sambutan dan Sosialisasi Kegiatan Memory Card .....	59
Gambar 3. 5 Praktik Penggunaan Memory Card .....	60
Gambar 3. 6 Pelaksanaan Memory Card.....	62
Gambar 3. 7 Pelaksanaan Memory Card.....	64
Gambar 3. 8 Pelaksanaan Memory Card.....	65
Gambar 3. 9 Proses bercerita pada sesi Memory Card .....	68
Gambar 3. 10 Lansia saling mendengar dan didengarkan .....	70
Gambar 3. 11 Proses lansia mengekspresikan dirinya .....	70
Gambar 3. 12 Sesi bercerita memakai Memory Card .....	71
Gambar 3. 13 Lansia mendengarkan lansia yang sedang bercerita .....	74
Gambar 3. 14 Fasilitator membantu lansia bermain Memory Card.....	76
Gambar 3. 15 Bagan Analisis Proses Pelaksanaan Pemberdayaan Psikososial Lansia Melalui Intervensi Naratif Berbasis Memory Card .....	77
Gambar 3. 16 Analisis faktor pendukung dan penghambat pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis Memory Card.....	82

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. LATAR BELAKANG

Lansia (lanjut usia) ialah kelompok usia yang mengalami perubahan fisiologis, kognitif, maupun sosial-emosional selaku bagian dari proses penuaan.<sup>1</sup> Penurunan kemampuan fisik dan adaptasi kepada lingkungan menjadi ciri utama fase ini, yang pada akhirnya turut memengaruhi kondisi psikososial mereka.<sup>2</sup> Berlandaskan definisi *World Assembly on Aging*, lansia dimaknai sebagai individu berusia 60 tahun atau lebih, khususnya di wilayah-wilayah dalam kategori negara berkembang, termasuk Malaysia.<sup>3</sup> Di Malaysia sendiri, istilah “*Warga Emas*” dipakai dengan cara resmi sejak tahun 1982 guna menggambarkan warga berusia 60 tahun ke atas.<sup>4</sup> Data dari Jabatan Perangkaan Malaysia pada tahun 2023 mencatat bahwasannya populasi warga emas mencapai 11.2% dari total populasi nasional, dengan proyeksi peningkatan hingga menjadi masyarakat menua (*aging society*)

---

<sup>1</sup> Yaslina Yaslina dkk., *Aspek Fisik dan Psikososial kepada Status Fungsional pada Lansia*, 4, no. 2 (2021); Susan T. Charles dan Laura L. Carstensen, “Social and Emotional Aging,” *Annual Review of Psychology* 61, no. 1 (2010): 383-409, <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448>; Fitriana Noor Sabrina, *Skripsi Pengaruh Terapi Kognitif kepada Fungsi Kognitif Lansia Di Puskesmas Padangsari Semarang*, t.t.

<sup>2</sup> Eko Prabowo dan Putri Laila Syahlaa, “Hubungan Kekuatan Core Stability Dengan Fleksibilitas Lower Limb Pada Lansia Di Panti Werdha Budi Mulia 3 Jakarta,” *Jurnal Ilmiah Fisioterapi* 6, no. 01 (2023): 31–36, <https://doi.org/10.36341/jif.v6i01.2860>.

<sup>3</sup> Rosmin Ilham, *Kemandirian Keluarga dalam merawat Lansia (Gorontalo: Ideas Publishing, 2019)*, <https://stikestanawali.ac.id/wp-content/uploads/2021/10/BUKU-KEMANDIRIAN-KELUARGA-ROSMIN-ILHAM.pdf>, t.t.

<sup>4</sup> Ai Jing Chai dan Harifah Mohd Noor, “Konsep Penuaan Aktif di Malaysia: Satu Penelitian Awal,” *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)* 7, no. 2 (2022): e001204, <https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i2.1204>.

pada 2030.<sup>5</sup> Kondisi ini menuntut perhatian serius kepada kesejahteraan lansia, yang tidak sekadar fokus pada aspek fisik dan ekonomi, namun juga berfokus aspek psikososial, yang kerap terabaikan pada kebijakan publik. Dukungan kepada kesejahteraan lansia menjadi semakin krusial, terutama mengingat banyak dari mereka menghadapi isolasi sosial, kesepian, kehilangan peran, serta turunnya harga diri sesudah memasuki masa pensiun.<sup>6</sup>

Sejalan dengan tren tersebut, Indonesia juga mengalami peningkatan signifikan pada jumlah penduduk lansia. Badan Pusat Statistik (2021) mencatat bahwasannya jumlah lansia di Indonesia sudah mencapai lebih dari 10% populasi nasional.<sup>7</sup> Meningkatnya angka harapan hidup membawa dampak positif, tetapi sekaligus memunculkan tantangan baru, terutama terkait kesejahteraan sosial lansia.<sup>8</sup> Laporan BPS (2021) memperlihatkan bahwasannya tidak kurang dari 2,8 juta lansia di Indonesia masuk pada kategori lansia terlantar, yakni individu yang tidak mendapatkan dukungan

---

<sup>5</sup> “Department of Statistics Malaysia,” diakses 14 Oktober 2025, <https://www.dosm.gov.my/>. Jabatan Perangkaan Malaysia. (2023). Statistik Penduduk dan Perumahan Malaysia 2023. Putrajaya: Jabatan Perangkaan Malaysia; MKN Pulau Pinang, “Negara Tua 2030: Persediaan Prasana Minda Dan Fizikal Warga Emas,” *Laman Web MKN*, 8 Mei 2023, <https://www.mkn.gov.my/web/ms/2023/05/08/negara-tua-2030-persediaan-prasana-minda-dan-fizikal-warga-emas/>.

<sup>6</sup> “Mental Health of Older Adults,” diakses 14 Oktober 2025, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>.; Andi Sri Wahyuni dan Haerani Nur, “Peran Dukungan Keluarga dalam Mengurangi Kesepian pada Lansia: Kajian Literatur,” *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* 2, no. 4 (2025): 1–11, <https://doi.org/10.56842/jpk.v2i4.492>.

<sup>7</sup> Badan Pusat Statistik Indonesia, “Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023,” diakses 15 Oktober 2025, <https://www.bps.go.id/id/publication/2023/12/29/5d308763ac29278dd5860fad/statistik-penduduk-lanjut-usia-2023.html>.

<sup>8</sup> *Dwisetyo, B. (2024). Strategi holistik peningkatan kualitas hidup lansia. Amerta Media. Halaman 39-46.* ; Siti Alifa Fentiani dkk., “Peran Kesejahteraan Sosial dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Masyarakat,” *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial HUMANITAS* 7, no. 1 (2025), <https://doi.org/10.23969/humanitas.v7i1.21718>.

memadai dari keluarga maupun komunitas.<sup>9</sup> Sementara di Malaysia, meskipun data lansia terlantar tidak dihimpun dengan cara rinci, kajian oleh Rahimah Dahlan dan Mohd Isa Hamzah mengungkapkan adanya kecenderungan meningkatnya jumlah lansia yang tinggal sendirian akibat urbanisasi, migrasi anak ke kota besar, serta perubahan struktur keluarga.<sup>10</sup> Kondisi ini memperlihatkan bahwasannya peningkatan jumlah lansia tidak selalu diiringi oleh sistem dukungan sosial yang memadai.

Permasalahan tersebut semakin ironis mengingat lansia sebenarnya ialah kelompok yang kaya akan memori, pengalaman hidup, kearifan lokal, serta pengetahuan sosial yang relevan bagi generasi muda.<sup>11</sup> Pada perspektif ilmu sosial, pengalaman hidup lansia ialah *social capital* yang berharga, yang seharusnya bisa dimanfaatkan guna memperkuat ketahanan sosial masyarakat.<sup>12</sup> Namun kenyataannya, lansia yang masih berdaya sering kali tidak memperoleh ruang untuk berkontribusi, bahkan banyak yang

---

<sup>9</sup> Badan Pusat Statistik Indonesia, “Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021,” diakses 9 Oktober 2025, <https://www.bps.go.id/id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/statistik-penduduk-lanjut-usia-2021.html>.; “Badan Keahlian, Sekretariat Jenderal DPR RI. Tinjauan Pelaksanaan Perlindungan Sosial Bagi Lansia. (2022). Disusun oleh Arjun Rizky Mahendra Nazhid. Pusat Kajian Anggaran, DPR RI,”.

<sup>10</sup> Rahimah Dahlan dan Mohd. Isa Hamzah, “Punca Pengabaian Warga Emas di Malaysia,” *QALAM International Journal of Islamic and Humanities Research* 3, no. 4 (2023): 29–36 <https://jurnal.nun-g.com/index.php/qalam/article/view/199>.

<sup>11</sup> Rudi Hermawan, “Pendampingan Sosial Bagi Lanjut Usia Berbasis Kearifan Lokal Masyarakat Di Desa Sidoluhur,” *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah* 3, no. 2 (2019): 85–93, <https://doi.org/10.21831/diklus.v3i2.26028>.

<sup>12</sup> Imam Alfi dan Ageng Widodo, *Peningkatan Kualitas Hidup Lansia: Implementasi Prinsip Hak Lansia Melalui Pelayanan Sosial Lanjut Usia*, 9, no. 1 (2024); Mahadina Ulziamil dkk., “Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Diwilayah Puskesmas Kacang Pedang Tahun 2024,” *Jurnal Kesehatan Tambusai* 6, no. 2 (2025): 7730–37, <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.33933>.

mengalami kehilangan peran sesudah pensiun.<sup>13</sup> Situasi ini bisa memicu isolasi sosial, kehilangan makna hidup, hingga degradasi psikososial yang signifikan. Berlandaskan Erik Erikson (1950), lansia berada pada tahap *ego integrity versus despair*, yakni fase di mana individu merefleksikan kehidupan yang sudah dijalani. Tanpa dukungan sosial dan ruang ekspresi, banyak lansia terjebak pada keputusasaan dan perasaan tidak berarti.<sup>14</sup>

Kondisi ini menjadi tanda perlunya pendekatan yang bukan hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan fisik, melainkan juga mendorong pemberdayaan psikososial lansia. Pendekatan berbasis naratif menjadi salah satu solusi yang relevan dan inovatif sebab memandang cerita hidup selaku fondasi pembentukan identitas individu.<sup>15</sup> White dan Epston (1990) pada buku *Narrative Means to Therapeutic Ends* menekankan bahwasannya identitas manusia dan makna hidup dibentuk dari narasi kehidupan yang mereka bangun dan ceritakan tentang pengalaman mereka.<sup>16</sup> Dengan menyajikan ruang bagi lansia guna menyampaikan pengalaman hidup, merefleksikan memori, serta membentuk narasi baru yang lebih

---

<sup>13</sup> Peran Serta Keluarga Pada Lansia Yang Mengalami Post Power Syndrome, 2 (2008); Stefanny Elga dkk., Hubungan Antara Post Power Syndrome Dengan Tingkat Kecemasan Responden Pasca Pensiun Di RW 05 Kecamatan Rawa Lumb Kelurahan Bojong Menteng 2023, t.t.

<sup>14</sup> Erik H. Erikson, *Childhood and Society*, 2nd ed. (New York: W. W. Norton & Company, 1963), 268-269; Jolene van der Kaap Deeder et al., "The Role of Ego Integrity and Despair in Older Adults' Well Being during the COVID 19 Crisis", t.t.; Jolene Van Der Kaap-Deeder dkk., "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, no. 1 (2022): 117–29, <https://doi.org/10.1007/s10433-021-00610-0>.

<sup>15</sup> Fitri Firranda Nurmaliyah dkk., "Pensiun dan Aktivitas Sehari-Hari Lansia: Narrative Review: Retirement and Daily Activities of Older Adults: A Narrative Review," *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar* 16, no. 1 (2025): 117–23, <https://doi.org/10.32382/jmk.v16i1.1534>.

<sup>16</sup> White, Michael, and David Epston. *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton, 1990. <https://wwnorton.com/books/Narrative-Means-to-Therapeutic-Ends/> (t.t.).

memberdayakan, mereka bisa memperoleh kembali rasa harga diri, kebermaknaan, dan koneksi sosial (Payne, 2006).<sup>17</sup> Pendekatan ini juga sejalan dengan konsep pemberdayaan psikososial berlandaskan Zimmerman (1995), yang menekankan pentingnya kontrol pribadi, kompetensi, dan partisipasi pada proses pengambilan keputusan atas hidup sendiri.<sup>18</sup>

Namun demikian, adopsi intervensi naratif pada program pemberdayaan lansia di Asia Tenggara, termasuk Malaysia, masih sangat terbatas. Sebagian besar program lansia tetap berfokus pada aspek medis, fisik, ataupun bantuan sosial konvensional, sementara kebutuhan guna menciptakan ruang refleksi yang kreatif dan menyenangkan jarang difasilitasi dengan cara sistematis.<sup>19</sup> Salah satu inovasi yang berpotensi menjembatani kebutuhan tersebut ialah intervensi naratif berbasis *Memory Card*, yakni media permainan reflektif yang memodifikasi format permainan populer seperti *Truth or Dare*<sup>20</sup> namun dengan fokus pada pemanggilan

---

<sup>17</sup> Payne, Martin. *Narrative Therapy: An Introduction for Counsellors*. 2nd ed. London; Thousand Oaks: SAGE Publications Ltd, 2006; Yeni Elfira, "Terapi naratif: sebuah pendekatan pada pelayanan bimbingan dan konseling kelompok," *Journal of Counseling, Education and Society* 2, no. 1 (2021): 26-28, <https://jurnal.iicet.org/index.php/jces/article/view/1271> (t.t.).

<sup>18</sup> Marc A. Zimmerman, "Psychological Empowerment: Issues and Illustrations," *American Journal of Community Psychology* 23, no. 5 (1995): 581-99, <https://doi.org/10.1007/BF02506983>; Elizabeth Messman et al., "Psychological Empowerment as a Route for Positive Adjustment during Adolescence," *Journal of Applied Developmental Psychology* 83 (2022): 101458, <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12212102/>, t.t.; Carmelita Cristy dkk., *Hubungan Psychological Empowerment Dengan Work-Life Balance Pada Ibu Yang Bekerja Wfo*, 1, no. 2 (t.t.).

<sup>19</sup> Maria Komariah et al., "Intervensi Non-Farmakologis Pemenuhan Kebutuhan Psikososial pada Lansia: Sebuah Kajian Literatur," *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu* 9, no. 1 (2025), t.t.

<sup>20</sup> Elviana dan Lia Warika, "PERMAINAN TRUTH OR DARE pada LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK GUNA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA," *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Malikussaleh (JSPM)* 6, no. 2 (2025): 311-420, <https://doi.org/10.29103/jspm.v6i2.22639>; Jill Gentile, "From *Truth or Dare* to *Show and Tell*: Reflections on Childhood Ritual, Play, and the Evolution of Symbolic Life," *Psychoanalytic Dialogues* 23, no. 2 (2013): 150-69, <https://doi.org/10.1080/10481885.2013.772481>; Nur Isnanita

memori positif, cerita hidup, dan pengalaman bermakna. *Memory Card* dirancang guna memantik ingatan, menghadirkan percakapan mendalam, dan memperkuat bonding sosial antar lansia melalui pertanyaan pemantik yang bermakna dan menyenangkan.

Dalam konteks Malaysia, Yayasan Al-Jenderami ialah salah satu lembaga yang mempunyai karakteristik ideal untuk implementasi model intervensi ini. Yayasan Al-Jenderami dikenal selaku pusat pendidikan, pengajian, dan penguatan spiritual berbasis komunitas, yang menaungi warga emas dengan pendekatan keagamaan dan sosial. Salah satu program unggulannya ialah Pusat Pengajian Sepanjang Hayat Ibu Ayah (PPSHIA), yang dirancang selaku pusat pembelajaran dan aktivitas produktif bagi warga emas. Berlandaskan data Yayasan Al-Jenderami tahun 2022, jumlah warga emas yang tinggal dan beraktivitas di PPSHIA mencapai 139 orang, mayoritas perempuan, dengan rentang usia 60-80 tahun.<sup>21</sup> Sebagian besar dari mereka masih aktif dengan cara fisik, namun tetap menghadapi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

dan Fibri Rakhmawati, *Pengembangan Media Pembelajaran Truth or Dare Berbasis Permainan Guna meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis*, .

<sup>21</sup> Yayasan Al-Jenderami, 24 Mei 2018, <http://aljenderami.com.my/v33/>; "Pusat Pengajian, Sepanjang Hayat, and Yayasan A L Jenderami, '( A Life Long Education Center For The Aged : The Experience Of Yayasan Pusat Pengajian Sepanjang Hayat Ibu Ayah ataupun Warga Tua : Pengalaman', 2022.,".

tantangan psikososial seperti kesepian, *Post Power Syndrome*<sup>22</sup>, kehilangan peran, serta kebutuhan untuk tetap dihargai dan diakui.<sup>23</sup>

Keberagaman latar belakang warga emas di PPSHIA mulai dari pemerintah kerajaan, produser film, dokter, pebisnis, guru, petani, ibu rumah tangga, hingga tokoh agama menjadikan mereka komunitas yang kaya akan pengalaman dan cerita hidup. Namun, belum terdapat program terstruktur yang dengan cara khusus memfasilitasi ekspresi naratif mereka melalui media kreatif. Kondisi ini menimbulkan *research gap*, yakni kesenjangan empiris terkait minimnya model pemberdayaan psikososial berbasis naratif yang memanfaatkan permainan reflektif seperti *Memory Card* pada konteks komunitas lansia berbasis spiritual.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berupaya memahami proses pelaksanaan intervensi, tetapi juga mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambatnya. Peneliti berharap penelitian ini bisa menyajikan kontribusi pada pengembangan model intervensi psikososial yang inovatif, kontekstual, dan selaras dengan kebutuhan warga emas di Malaysia maupun kawasan Asia Tenggara dengan cara umum. Selain itu, temuan penelitian ini bisa menjadi rujukan bagi praktisi, akademisi, dan

---

<sup>22</sup> Esti Widiani dkk., “Gambaran Masalah Psikososial Lanjut Usia Saat Pandemi Covid-19,” *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia* 6, no. 2 (2022): 151, <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v6i2.4120>. ; Riski Syntia Ayu Riski dkk., “Comparison of Feelings of Loneliness and Family Support in the Elderly in Pstw and the Family Environment: Perbandingan Perasaan Kesepian Dan Dukungan Keluarga Pada Lansia Di Pstw Dan Lingkungan Keluarga,” *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)* 2, no. 1 (2022): 114–28, <https://doi.org/10.25311/jkh.Vol2.Iss1.533>.; “Loneliness and Health Outcomes Among Malaysian Older Adults,” *Makara Journal of Health Research*, advance online publication, 2021, <https://doi.org/10.7454/msk.v25i2.1277>.

<sup>23</sup> Fina Uswatun Khasanah, “Model Aktualisasi Diri Elderly People melalui ‘Galeri Emas’ di Yayasan Al-Jenderami, Malaysia” (Skripsi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025)

pembuat kebijakan dalam merancang program pemberdayaan lansia yang lebih holistik, tidak hanya berfokus pada aspek fisik dan ekonomi, tetapi juga pada dimensi psikososial yang selama ini kurang mendapatkan perhatian.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

1. Bagaimana proses pelaksanaan Pemberdayaan Psikososial Lansia melalui Intervensi Naratif Berbasis *Memory Card* di Yayasan Al-Jenderami?
2. Apa saja faktor pendukung dan penghambat Pemberdayaan Psikososial Lansia melalui Intervensi Naratif Berbasis *Memory Card* di Yayasan Al-Jenderami?

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

1. Mendeskripsikan proses pelaksanaan pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis *Memory Card* di Yayasan Al-Jenderami.
2. Mengidentifikasi faktor-faktor pendukung dan penghambat yang mempengaruhi keberhasilan pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis *Memory Card* di Yayasan Al-Jenderami.

## D. MANFAAT PENELITIAN

### 1. Manfaat Teoritis

Penulis berharap penelitian ini bisa menyajikan kontribusi bagi perluasan wawasan keilmuan pada ranah psikologi gerontologi, terutama pada hal pemberdayaan psikososial lansia melalui pendekatan intervensi naratif berbasis *Memory Card*. Di samping itu, penelitian ini juga bisa berfungsi selaku rujukan akademis bagi penelitian-penelitian berikutnya yang menaruh perhatian pada model pengembangan intervensi naratif pada upaya memperkuat resiliensi dan kesejahteraan sosial lansia umumnya di lembaga lingkungan sosial khususnya yang berbasis Islam.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Yayasan Al-Jenderami, kehadiran penelitian ini diharapkan membuka ruang guna meninjau ulang dan memikirkan kembali pendekatan yang sudah dijalankan pada program intervensi naratif berbasis *Memory Card*, sehingga temuan yang dihasilkan bisa menjadi pijakan konkret dalam menyempurnakan kualitas layanan pemberdayaan psikososial sekaligus memperkuat arah pengembangan yayasan ke depan.
- b. Bagi lembaga sosial dan kesehatan khususnya yang menangani lansia, penelitian ini diharapkan mampu menghadirkan gambaran nyata mengenai praktik terbaik (*best practice*) pemberdayaan psikososial melalui pendekatan intervensi naratif sebagaimana yang sudah diwujudkan oleh Yayasan Al-Jenderami.

- c. Bagi pemerintah dan para pemangku kepentingan kebijakan, penelitian ini bisa menyumbangkan pertimbangan substantif pada proses perumusan regulasi ataupun merancang program nasional, baik pada konteks Indonesia maupun Malaysia.

## E. KAJIAN PUSTAKA

Kajian pustaka pada penelitian ini disusun dengan kesadaran bahwasannya isu mengenai lansia dan upaya pemberdayaannya sudah banyak menarik perhatian para peneliti sebelumnya. Berbagai studi sudah mengulas lansia dari sudut pandang yang beragam. Namun demikian, setiap penelitian mempunyai konteks, pendekatan, dan fokus yang berbeda. Oleh sebab itu, kajian pustaka ini akan dibahas pada lima aspek utama yang relevan dengan penelitian ini yakni sebagai berikut:

*Pertama*, penelitian tentang pemberdayaan lansia melalui layanan dan edukasi. Sejumlah penelitian menyoroti pentingnya pemberdayaan lansia melalui layanan sosial dan edukasi. Mohd Najib Md Don, dkk, pada tahun 2023 menulis penelitian yang berjudul “*Peranan Makcik Travels pada Penyediaan Sokongan kepada Warga Emas di Malaysia*”<sup>24</sup> memperlihatkan bahwasannya layanan transportasi dan pendampingan tidak hanya mempermudah mobilitas lansia tetapi juga membangun interaksi sosial yang hangat, sehingga meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup. Masta Haro, dkk, melalui

---

<sup>24</sup> “Peranan MakCik Travels pada Penyediaan Sokongan kepada Warga Emas di Malaysia,” *GEOGRAFI*, no. 11 (Juni 2023): 68-86, <https://doi.org/10.37134/geografi.vol11.1.4.2023>.

penelitian “*Edukasi dan Pemberdayaan Lansia dalam menjaga Kesehatan di Kelurahan Kacapiring, Kecamatan Batununggal Bandung*” pada tahun 2024<sup>25</sup> juga menekankan pentingnya edukasi kesehatan yang interaktif. Hasilnya memperlihatkan peningkatan pengetahuan dan praktik hidup sehat lansia, mendorong mereka menjadi lebih mandiri dalam mengelola kesehatannya. Selain itu, penelitian “*Pemberdayaan Kader Lansia Melalui Kemampuan Deteksi Dini Masalah Kesehatan Fisik dan Psikososial pada Lansia*” yang ditulis pada tahun 2022 oleh Susmiatin, Eko Arik, dkk.,<sup>26</sup> menegaskan bahwasannya pemberdayaan tidak hanya meningkatkan kemandirian fisik tetapi juga membuat lansia lebih sadar kepada kondisi psikososialnya.

Dari penelitian-penelitian tersebut, terlihat bahwasannya pemberdayaan lansia melalui layanan dan edukasi menyajikan dampak positif kepada kemandirian dan kualitas hidup. Namun, hampir semua penelitian lebih menekankan hasil akhir, belum menelusuri proses pemberdayaan psikososial dengan cara mendalam, apalagi dengan media inovatif seperti *Memory Card*. Penelitian ini hadir guna menambahkan dimensi baru, yakni mengkaji proses pemberdayaan psikososial lansia melalui interaksi naratif dan media kreatif.

**Kedua**, penelitian tentang kondisi psikososial lansia. Aspek psikososial menjadi dimensi penting pada kesejahteraan lansia. Penelitian “*Efektivitas Program Intervensi Psikososial dalam meningkatkan Partisipasi Sosial dan*

---

<sup>25</sup> Masta Haro dkk., “Edukasi Dan Pemberdayaan Lansia dalam menjaga Kesehatan di Kelurahan Kacapiring, Kecamatan Batununggal Bandung,” *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 7, no. 3 (2024): 1221–35, <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i3.13372>.

<sup>26</sup> Eko Arik Susmiatin dkk., “Pemberdayaan Kader Lansia Melalui Kemampuan Deteksi Dini Masalah Kesehatan Fisik Dan Psikososial Pada Lansia,” *Bisma: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2, no. 2 (2024): 270–75, <https://doi.org/10.61159/bisma.v2i2.340>.

*Menurunkan Gejala Depresi pada Lansia*” yang ditulis oleh Sutiawan, Ryane Zahira, dkk, pada tahun 2021<sup>27</sup> memperlihatkan bahwasannya intervensi yang melibatkan aktivitas kelompok dan refleksi diri memperkuat interaksi sosial serta mengurangi rasa kesepian. Sementara itu Golden, dkk, pada tahun 2019 melalui penelitian yang berjudul “*Loneliness, Social Support Networks, Mood and Well-being in Community-Dwelling Elderly*”<sup>28</sup> menekankan bahwasannya lansia yang mempunyai jejaring sosial baik cenderung mempunyai kesehatan psikologis lebih stabil dan kepuasan hidup lebih tinggi. Penelitian Stephen, Jeffery, Sam F. Jiee, Azimah Azman, dkk, pada tahun 2025 yang berjudul “*Determinants of Psychosocial Well-Being of Older Adults in Sarawak, Malaysia*”<sup>29</sup> menambahkan bahwasannya program intervensi psikososial yang disusun dengan cara sistematis menyajikan dampak positif kepada kesejahteraan emosional dan sosial lansia.

Berlandaskan penelitian-penelitian ini, jelas bahwasannya kesejahteraan psikososial sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial, dukungan, dan keterlibatan lansia pada aktivitas bermakna. Namun, sebagian besar penelitian tidak mengeksplorasi pendekatan naratif yang memanfaatkan media inovatif, sehingga proses lansia dalam mengungkapkan pengalaman, emosi, dan kreativitasnya kurang terlihat.

---

<sup>27</sup> Mei Rianita Elfrida Sinaga, “The Effectiveness of the Intervention Depression in the Elderly: A Systematic Review,” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8, no. 4 (2020): 529, <https://doi.org/10.26714/jkj.8.4.2020.529-540>.

<sup>28</sup> Jeannette Golden dkk., “Loneliness, Social Support Networks, Mood and Wellbeing in Community-dwelling Elderly,” *International Journal of Geriatric Psychiatry* 24, no. 7 (2009): 694–700, <https://doi.org/10.1002/gps.2181>.

<sup>29</sup> Jeffery Stephen dkk., “Determinants of Psychosocial Well-Being of Older Adults in Sarawak, Malaysia,” *Journal of Family and Community Medicine* 32, no. 4 (2025): 295–302, [https://doi.org/10.4103/jfcm.jfcm\\_127\\_25](https://doi.org/10.4103/jfcm.jfcm_127_25).

**Ketiga**, penelitian tentang intervensi naratif dan life review. Intervensi naratif, khususnya *life review*, sudah banyak dipakai guna meningkatkan kesejahteraan lansia. Wanda Kiyah George Albert dkk, melalui tulisannya yang berjudul “*Intervensi Life Review Therapy bagi Lanjut Usia yang Mengalami Masalah Emosional dan Kognitif*” pada tahun 2020<sup>30</sup> memperlihatkan bahwasannya refleksi pengalaman hidup membantu lansia mengelola emosi dan meningkatkan fungsi kognitif. Selain itu, penelitian “*An Overview Of The Dyadic, Intergenerational And Digital-Based Reminiscence Therapy: A Scoping Review*” yang ditulis oleh Md Nasir, Nur Fatimah, dkk, pada tahun 2021<sup>31</sup> menyoroti penggunaan media digital pada intervensi naratif, yang terbukti meningkatkan partisipasi dan keterlibatan lansia pada kegiatan refleksi diri. Kesamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada fokus intervensi psikososial dan refleksi naratif. Perbedaannya, penelitian sebelumnya belum mengeksplorasi media *Memory Card* selaku sarana pemberdayaan psikososial, sehingga lansia bisa mengekspresikan diri lebih interaktif dan personal.

**Keempat**, penelitian tentang *reminiscence therapy*. *Reminiscence therapy* terbukti meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Penelitian berjudul “*Dari Kenangan Menuju Kesejahteraan: Manfaat Reminiscence Therapy bagi Lansia di Griya Lansia Husnul Khatimah*” yang ditulis oleh

---

<sup>30</sup> Wanda Kiyah George Albert, *Intervensi Life Review Therapy Bagi Lanjut Usia Yang Mengalami Masalah Emosional Dan Kognitif*, .

<sup>31</sup> Nur Fatimah Md Nasir dkk., “An Overview of the Dyadic, Intergenerational and Digital-Based Reminiscence Therapy: A Scoping Review,” *Malaysian Journal of Public Health Medicine* 23, no. 3 (2023): 119–36.

Novita Permatasari, dkk, pada tahun 2022<sup>32</sup> memperlihatkan bahwasannya lansia yang terlibat pada kegiatan bercerita pengalaman hidup mengalami peningkatan penerimaan diri dan kepuasan hidup. Selain itu Eunyoung Shin, dkk, pada tahun 2023 melalui penelitiannya yang berjudul “*Effects of Reminiscence Therapy on Quality of Life and Life Satisfaction of the Elderly in the Community: A Systematic Review*”<sup>33</sup> menegaskan konsistensi dampak positif *reminiscence therapy* kepada kualitas hidup lansia di berbagai komunitas. Kesamaannya ada di pendekatan naratif yang menekankan refleksi dan *storytelling*. Perbedaannya, penelitian ini memakai media *Memory Card* sehingga lansia bisa lebih kreatif, berinteraksi dengan cara personal, dan kegiatan ini diterapkan pada konteks Yayasan Al-Jenderami Malaysia.

**Kelima**, penelitian tentang ruang kreatif dan media pada pemberdayaan lansia. Skripsi Fina Uswatun Khasanah pada tahun 2024 dengan judul “*Model Aktualisasi Diri Elderly People melalui ‘Galeri Emas’ di Yayasan Al-Jenderami, Malaysia*”<sup>34</sup> menekankan bahwasannya ruang kreatif seperti Galeri Emas memberi lansia kesempatan aktualisasi diri, tetap produktif, dan merasa bermakna. Lansia bisa mengekspresikan pengalaman hidup, kreativitas, dan cerita mereka dengan cara langsung. Berlandaskan penelitian tersebut, terlihat bahwasannya media dan ruang kreatif menjadi faktor penting pada

---

<sup>32</sup> Novita Permatasari dkk., “Dari Kenangan Menuju Kesejahteraan Manfaat Reminiscence Therapy Bagi Lansia Di Griya Lansia Husnul Khatimah,” *Lentera : Journal of Gender and Children Studies* 4, no. 1 (2024): 236–53, <https://doi.org/10.26740/lentera.v4i1.31518>.

<sup>33</sup> “Effects of reminiscence therapy on quality of life and life satisfaction of the elderly in the community: a systematic review | BMC Geriatrics | Springer Nature Link,” diakses 2 November 2025, <https://link.springer.com/article/10.1186/s12877-023-04001-1>.

<sup>34</sup> Fina Uswatun Khasanah, “*Model Aktualisasi Diri Elderly People melalui ‘Galeri Emas’ di Yayasan Al-Jenderami, Malaysia*” (Skripsi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025),.

pemberdayaan lansia. Namun, media yang dipakai biasanya digital ataupun ruang kreatif umum. Penelitian ini menambahkan dimensi baru dengan memakai media *Memory Card*, sehingga intervensi naratif bisa lebih personal, interaktif, dan selaras konteks lembaga sosial keagamaan.

Berlandaskan telaah berbagai penelitian terdahulu, intervensi psikososial seperti layanan pemberdayaan, edukasi kesehatan, *life review*, dan *reminiscence therapy* terbukti meningkatkan kemandirian, kesejahteraan emosional, dan keterlibatan sosial lansia. Namun, sebagian besar penelitian lebih menekankan pada hasil akhir, sedangkan proses pelaksanaan intervensi, dinamika interaksi, dan pemanfaatan media kreatif guna mendukung ekspresi diri dan partisipasi lansia masih jarang dikaji, termasuk konteks lembaga sosial keagamaan seperti Yayasan Al-Jenderami. Oleh sebab itu, penelitian ini hadir guna melengkapi kajian sebelumnya dengan menekankan proses intervensi naratif berbasis media *Memory Card*, sehingga bisa memperkuat pemberdayaan psikososial lansia dengan cara holistik dan menyajikan wawasan baru terkait strategi intervensi yang efektif di ruang sosial keagamaan.

## **F. KERANGKA TEORI**

Kerangka teori pada penelitian ini berfungsi selaku kerangka acuan teoritis guna memahami pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis *Memory Card*, penelitian ini memakai tiga teori utama antara lain:

## 1. Teori Pemberdayaan Psikososial (*Psychosocial Empowerment*)

Teori Pemberdayaan Psikososial menekankan proses di mana individu ataupun kelompok memperoleh kontrol atas kehidupan mereka sendiri, termasuk aspek psikologis dan sosial, guna meningkatkan kualitas hidup. pada konteks lansia, teori ini menjelaskan bahwasannya pemberdayaan terjadi melalui penguatan kompetensi intrapersonal, interpersonal, dan behavioral, yang memungkinkan lansia mengatasi tantangan seperti isolasi sosial dan penurunan fungsi kognitif. Intervensi naratif berbasis memory card bisa menjadi alat guna mendorong pemberdayaan dengan memfasilitasi ekspresi diri dan pembangunan identitas positif melalui narasi masa lalu.

Berlandaskan Zimmerman (2000) pada artikelnya di *Journal of Community Psychology*,<sup>35</sup> pemberdayaan psikososial melibatkan tiga dimensi utama: kontrol intrapersonal (perasaan kompetensi diri), kontrol interpersonal (pengaruh sosial), dan kontrol *behavioral* (tindakan guna mengubah lingkungan). Penelitian ini memperlihatkan bahwasannya intervensi berbasis narasi bisa meningkatkan dimensi ini pada populasi rentan seperti lansia, dengan bukti empiris dari studi longitudinal yang melibatkan partisipan berusia 65 tahun ke atas. Selain itu, studi oleh Perkins dan Zimmerman (1995) pada *American Journal of Community*

---

<sup>35</sup> Zimmerman, M. A. (2000). *Empowerment Theory: Psychological, Organizational and Community Levels of Analysis*. In J. Rappaport & E. Seidman (Eds.), *Handbook of Community Psychology* (pp. 43-63). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.,.

*Psychology*<sup>36</sup> memperkuat bahwasannya pemberdayaan psikososial efektif pada konteks budaya Asia Tenggara, termasuk Malaysia, di mana nilai keluarga dan komunitas memainkan peran penting. Referensi ini mendukung penggunaan teori ini selaku landasan guna mengukur dampak intervensi pada kondisi psikososial lansia.

## 2. Teori Naratif (*Narrative Theory*)

Teori Naratif menyatakan bahwasannya kehidupan manusia dibentuk oleh narasi ataupun cerita yang individu ciptakan tentang diri mereka sendiri, dan intervensi naratif bertujuan guna merekonstruksi narasi tersebut guna mencapai pemahaman dan perubahan yang lebih positif. Pada penelitian ini, teori ini relevan sebab intervensi naratif berbasis *Memory Card* melibatkan penggunaan kartu memori selaku stimulus guna membangun narasi tentang pengalaman masa lalu, yang membantu lansia mengintegrasikan kenangan positif dan mengurangi stigma terkait penuaan. Teori ini menekankan bahwasannya narasi bukan hanya refleksi realitas, tetapi juga alat guna membentuk realitas baru.

White dan Epston (1990) pada buku *Narrative Means to Therapeutic Ends* (edisi kedua)<sup>37</sup> menjelaskan bahwasannya terapi naratif membantu individu "menulis ulang" cerita hidup mereka guna mengatasi masalah psikososial. Penelitian oleh Young (2010) pada *Clinical Social*

---

<sup>36</sup> Douglas D. Perkins dan Marc A. Zimmerman, "Empowerment Theory, Research, and Application," *American Journal of Community Psychology* 23, no. 5 (1995): 569–79, <https://doi.org/10.1007/BF02506982>.

<sup>37</sup> "Narrative Means to Therapeutic Ends," diakses 3 November 2025, <https://www.norton.com/books/Narrative-Means-to-Therapeutic-Ends/>.

*Work Journal* memperlihatkan bahwasannya terapi naratif efektif dipakai pada lansia dengan gangguan memori, termasuk demensia ringan. Melalui penggunaan alat bantu pemicu memori seperti kartu kenangan, foto, dan cerita kehidupan, intervensi naratif membantu memunculkan narasi personal yang bermakna.<sup>38</sup> Proses ini berkontribusi pada penguatan identitas diri, peningkatan kesejahteraan emosional, serta kualitas interaksi sosial pada lansia dengan kehilangan memori. Di Malaysia, studi oleh Sharif, Alavi, Subramaniam, dan Zakaria (2023) pada *Jurnal Psikologi Malaysia*<sup>39</sup> meneliti hubungan antara kualitas hidup, kecemasan, dan depresi pada lansia dengan demensia. Hasil penelitian memperlihatkan bahwasannya aktivitas bermakna yang melibatkan interaksi sosial dan refleksi pengalaman hidup mempunyai peran penting dalam mendukung kesejahteraan psikososial lansia. Temuan ini relevan dengan pendekatan naratif budaya-adaptif, di mana strategi yang sensitif kepada nilai-nilai lokal, misalnya tradisi Melayu ataupun praktik keagamaan bisa memperkuat pemberdayaan psikososial lansia. Teori ini menyajikan kerangka guna menganalisis bagaimana intervensi berbasis *Memory Card* memfasilitasi rekonstruksi narasi lansia.

---

<sup>38</sup> Elizabeth Young, "Narrative Therapy and Elders with Memory Loss," *Clinical Social Work Journal* 38, no. 2 (2010): 193–202, <https://doi.org/10.1007/s10615-008-0146-4>.

<sup>39</sup> Noraini Che Sharif dkk., "Hubungan Antara Kualiti Hidup Dengan Kebimbangan Dan Kemurungan Warga Emas Demensia: Peranan Pekerja Sosial (Relationship between Anxiety and Depression with Quality of Life among Older Adults with Dementia)," *JURNAL PSIKOLOGI MALAYSIA* 37, no. 1 (2023), <https://spaj.ukm.my/ppppm/jpm/article/view/732>.

### 3. *Psychosocial Development Theory*

Teori Perkembangan Psikososial yang dikembangkan oleh Erik Erikson, menjelaskan tahap perkembangan psikososial sepanjang hidup, dengan fokus pada tahap akhir (integritas vs keputusasaan) di mana lansia mencapai keseimbangan antara penerimaan masa lalu dan harapan masa depan.<sup>40</sup> Teori ini menjadi dasar guna memahami kondisi psikososial lansia, di mana intervensi naratif berbasis *Memory Card* bisa membantu mencapai integritas melalui refleksi kenangan, sehingga mengurangi risiko depresi dan isolasi. Teori ini menekankan interaksi antara faktor psikologis dan sosial pada proses penuaan.

Erikson (1950) awalnya mengembangkan teori ini, namun interpretasi terkini oleh McAdams (2006) pada *The Redemptive Self* menyoroti bagaimana narasi autobiografis memainkan peran pada tahap integritas.<sup>41</sup> Penelitian oleh Saragih (2022) memperlihatkan bahwasannya intervensi berbasis *reminiscence*, termasuk penggunaan alat pemicu memori seperti foto, cerita masa lalu, ataupun *Memory Card*, bisa meningkatkan integritas psikososial pada lansia, khususnya mereka dengan demensia, dengan bukti dari data kuantitatif dan kualitatif.<sup>42</sup>

---

<sup>40</sup> Van Der Kaap-Deeder dkk., "The Role of Ego Integrity and Despair in Older Adults' Well-Being During the COVID-19 Crisis."

<sup>41</sup> Dan P. McAdams, *The Redemptive Self: Stories Americans Live By* (Oxford University Press, 2006), <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195176933.001.0001>.

<sup>42</sup> Ita Daryanti Saragih dkk., *Effects of Reminiscence Therapy in People with Dementia: A Systematic Review and Meta-analysis*, t.t., <https://doi.org/10.1111/jpm.12830>.

Di konteks Malaysia, penelitian oleh Mustaffa, Mat Akhir, dan Hamjah (2024) pada *Afkar: Jurnal Akidah dan Pemikiran Islam*<sup>43</sup> memperlihatkan bahwasannya praktek spiritual Islam sehari-hari, seperti salat, dzikir, dan kegiatan religius terstruktur, berperan penting dalam memperkuat kesejahteraan emosional lansia di fasilitas perawatan. Temuan ini menegaskan bahwasannya pendekatan naratif budaya-adaptif yang menyertakan nilai-nilai keagamaan dan tradisi lokal bisa memperkuat pemberdayaan psikososial lansia Muslim, selaras dengan refleksi naratif yang bermakna. Teori ini menyajikan kerangka yang relevan untuk analisis deskriptif kualitatif pada penelitian ini, khususnya guna menggambarkan perubahan psikososial lansia melalui intervensi berbasis narasi dan refleksi pengalaman hidup.

## **G. METODE PENELITIAN**

### **1. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pendekatan penelitian yang dipakai pada penelitian ini yakni pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kualitatif-deskriptif. Alasannya sebab penelitian ini mempunyai tujuan guna mendeskripsikan pertanyaan seperti “bagaimana” dengan cara mendalam terkait proses serta faktor pendukung dan penghambat pemberdayaan psikososial lansia

---

<sup>43</sup> Nurul Hidayawatie Mustaffa dkk., “Impak Amalan Kerohanian Bagi Mengatasi Kesunyian Di Pusat Jagaan Warga Emas: The Impact of Spiritual Practice in Overcoming Loneliness at Elderly Care Centre,” *Afkar: Jurnal Akidah Dan Pemikiran Islam* 23, no. 2 (2021): 1–40, <https://doi.org/10.22452/afkar.vol23no2.1>.

melalui intervensi naratif berbasis *Memory Card* pada konteks sosial-budaya dan spiritual lansia di Yayasan Al-Jenderami, Malaysia. Kualitatif deskriptif memungkinkan peneliti memaknai dan memahami kasus dengan cara rinci yang berkaitan dengan proses, situasi, dan kenyataan yang dihadapi seseorang dengan fokus pada satu kasus spesifik yakni Yayasan Al-Jenderami selaku lembaga sosial keagamaan yang menampung lansia dari latar belakang beragam. Pendekatan ini selaras dengan tujuan penelitian guna mendeskripsikan dengan cara mendalam tentang proses pelaksanaan intervensi dan faktor pendukung dan penghambat kepada kondisi psikososial lansia di Yayasan Al-Jenderami.<sup>44</sup>

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini melalui tiga teknik, yakni wawancara mendalam (*depth interview*) semi-struktural, observasi partisipatif, dan studi dokumen. Ketiga teknik ini dipilih guna memperkuat validitas data melalui proses triangulasi, sehingga peneliti bisa memperoleh gambaran yang utuh dan mendalam terkait proses pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis *Memory Card*, termasuk dinamika pelaksanaan serta faktor-faktor yang mempengaruhinya.

*Pertama*, Wawancara mendalam dipahami selaku proses interaksi langsung antara peneliti dan informan yang bertujuan guna menggali pengalaman, makna, serta perspektif subjektif yang tidak bisa diperoleh

---

<sup>44</sup> Prof. Dr. Lexy J. Moleong, MA, Metode Penelitian Kualitatif (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012), 7.

hanya melalui observasi. Pendekatan semi-terstruktur dipakai sebab menyajikan keseimbangan antara sistematika dan fleksibilitas. Peneliti tetap memakai pedoman wawancara yang sudah disusun sebelumnya selaku acuan utama, namun pada pelaksanaannya, wawancara berkembang dengan cara dinamis mengikuti alur pembicaraan dan respons informan. Pada proses wawancara, peneliti juga menerapkan teknik probing ataupun penggalian lanjutan kepada jawaban informan. Teknik ini dilakukan dengan cara mengajukan pertanyaan pendalaman, klarifikasi, maupun refleksi ulang kepada pernyataan informan agar data yang diperoleh tidak bersifat permukaan, melainkan mempunyai kedalaman makna. Hal ini sejalan dengan prinsip wawancara kualitatif yang menekankan bahwasannya peneliti tidak hanya berperan selaku penanya, tetapi juga selaku pendengar aktif yang mampu menangkap makna di balik narasi informan<sup>45</sup>.

Wawancara pada penelitian ini dilakukan kepada 19 informan, yang terdiri dari 12 lansia selaku partisipan utama, 4 pengurus Yayasan Al-Jenderami Malaysia, serta 3 fasilitator mahasiswa yang terlibat langsung pada pelaksanaan intervensi. Teknik *purposive sampling* menjadi teknik pemilihan informan yang dipakai oleh peneliti, yakni pemilihan subjek penelitian berlandaskan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Tujuannya agar informan yang dipilih benar-benar mempunyai pengalaman yang selaras dengan fokus penelitian, sehingga data yang

---

<sup>45</sup> Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2017), 165-174.

diperoleh mempunyai kedalaman dan relevansi yang tinggi<sup>46</sup>. Adapun kriteria informan pada penelitian ini meliputi:

- a. Keterlibatan langsung pada kegiatan intervensi naratif berbasis *Memory Card*.
- b. Kesiediaan untuk berbagi cerita pada kegiatan intervensi naratif berbasis *Memory Card*.
- c. Keterwakilan tema pengalaman hidup, yakni tema *religius/spiritual*, tema *meaning of life*, dan tema *relationships*, guna memperkaya data tematik.
- d. Variasi latar belakang sosial, ekonomi, spiritual, usia (62-85 tahun), gender, dan karakter personal guna memastikan keragaman data.

Jumlah informan total ialah 19 orang: 12 lansia terbagi pada 3 tema cerita (tema *religius/spiritual*, tema *meaning of life*, dan tema *relationships*), 4 pengurus Yayasan Al-Jenderami Malaysia, serta 3 fasilitator mahasiswa yang terlibat pada pelaksanaan intervensi, jumlah ini dipilih sebab:

- a. Menyajikan kedalaman data tematik dari 3 jenis narasi.
- b. Mewakili keragaman usia, pengalaman hidup, gender, status sosial-ekonomi, dan karakter personal.
- c. Mencukupi guna mencapai saturasi data pada pendekatan kualitatif, di mana tidak ditemukan lagi informasi baru yang signifikan.

---

<sup>46</sup> Nasution, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Tarsito, 2003), 80. (t.t.).

- d. Tambahan 3 fasilitator dipakai guna memperkaya data dari perspektif pelaksana intervensi.

*Kedua*, Kedua, penelitian ini menggunakan observasi partisipatif, yaitu teknik pengumpulan data yang menempatkan peneliti untuk terlibat secara langsung dalam aktivitas yang diteliti sekaligus melakukan pengamatan terhadap fenomena yang berlangsung di lapangan. Dalam penelitian ini, posisi peneliti tidak hanya sebagai pengamat, tetapi juga sebagai fasilitator yang merancang dan melaksanakan program pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis Memory Card di Yayasan Al-Jenderami Malaysia. Intervensi tersebut dilaksanakan selama periode 7 November 2024 hingga 27 November 2024 bersama para warga emas yang menjadi partisipan penelitian.<sup>47</sup>

Melalui keterlibatan langsung tersebut, peneliti memperoleh kesempatan untuk memahami secara lebih mendalam dinamika pelaksanaan intervensi, proses storytelling yang terjadi, pola interaksi antar lansia, serta berbagai respons emosional, sosial, dan perilaku yang muncul selama kegiatan berlangsung. Meskipun berperan sebagai fasilitator, peneliti tetap berupaya menjaga objektivitas dan reflektivitas penelitian dengan mendokumentasikan setiap temuan secara sistematis serta meminimalkan potensi bias selama proses pengamatan. Teknik observasi partisipatif ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang lebih kaya dan kontekstual

---

<sup>47</sup> M. Djunaidi Ghony dan Fauzan Almanshur, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 166-171.

mengenai proses pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis Memory Card.

*Ketiga*, di samping wawancara dan observasi, peneliti memanfaatkan studi dokumen selaku instrumen pelengkap. Teknik ini difungsikan guna memperkuat kredibilitas data yang sudah dihimpun melalui dua teknik sebelumnya.<sup>48</sup> Sumber-sumber dokumen yang dianalisis mencakup dokumentasi foto kegiatan, lembar *memory card* yang dipakai pada sesi, catatan lapangan fasilitator, dokumen administrasi yayasan, serta rekaman audio visual sesi intervensi. Keseluruhan dokumen tersebut dipakai selaku bahan analisis pendukung dalam mengkaji proses pelaksanaan dan dampak intervensi dengan cara lebih rinci.

### 3. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Yayasan Al-Jenderami, yang beralamat di Jalan Al-Jenderami, Kampung Baru, Jenderam Hilir, Dengkil, Selangor, Malaysia. selaku lembaga sosial berbasis keagamaan, yayasan ini berfungsi selaku tempat perumahan dan pusat aktivitas bagi para lansia yang berasal dari beragam latar belakang sosial-ekonomi, sehingga relevan dijadikan lokus penelitian yang berkaitan dengan konteks sosial-budaya dan spiritual. Pelaksanaan penelitian yang direncanakan berlangsung selama sepuluh bulan, dihitung sejak tahap persiapan hingga rampungnya penyusunan

---

<sup>48</sup> Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2017), 175-180.

laporan akhir, guna memastikan proses pengumpulan data yang memadai serta ketercapaian analisis yang mendalam dan menyeluruh.

#### **4. Teknik Analisis Data**

Peneliti memakai tahapan analisis model Miles dan Huberman selaku teknik analisis data pada penelitian ini disebabkan sederhana dan efektif untuk penelitian kualitatif deskriptif. Tahapan tersebut meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan ataupun verifikasi.<sup>49</sup>

##### **a. Reduksi Data**

Pada tahap ini, keseluruhan data mentah yang berhasil dihimpun dari lapangan menjalani proses seleksi, pemfokusan, penyederhanaan, dan abstraksi dengan cara sistematis. Tujuannya ialah menyaring informasi yang paling relevan dan signifikan agar data menjadi lebih terkelola dan siap untuk dianalisis lebih lanjut. Pada praktiknya, proses ini diwujudkan melalui pemberian kode kepada tema-tema pokok yang muncul, meliputi dinamika pelaksanaan intervensi, faktor-faktor yang mendukung maupun menghambat jalannya program, serta sejauh mana intervensi berkontribusi kepada pemberdayaan psikososial para lansia.

##### **b. Penyajian Data**

Tahap penyajian data ialah upaya penataan dan pengorganisasian data yang sudah melalui proses reduksi ke pada format yang lebih sistematis dan komunikatif. Penyajian dilakukan

---

<sup>49</sup> Matthew B. Miles, *Analisis Data Kualitatif* (UI Press, 1992), 16. (t.t.).

pada berbagai bentuk, seperti narasi deskriptif yang mengalir, tabel tematik yang terstruktur, maupun matriks analitis yang memvisualisasikan keterkaitan antar tema, sehingga memudahkan proses interpretasi dan penarikan makna.

### c. Penarikan ataupun Verifikasi Kesimpulan

Tahap akhir ini ialah proses pengujian dan pemantapan kepada kesimpulan-kesimpulan yang dirumuskan berlandaskan data yang sudah disajikan. Validitas temuan diperkuat melalui triangulasi yang mempertemukan data dari tiga sumber sekaligus, yakni hasil wawancara, observasi, dan studi dokumen pendukung, guna memastikan bahwasannya kesimpulan yang dihasilkan benar-benar bisa dipertanggungjawabkan dengan cara ilmiah.

## 5. Teknik Validitas Data

Guna menjamin keterpercayaan data yang diambil selama proses penelitian, peneliti menerapkan dua strategi validasi sekaligus, yakni triangulasi sumber dan triangulasi teknik.<sup>50</sup>

### a. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber dijalankan dengan cara memverifikasi data yang sudah dikumpulkan melalui pengecekan silang kepada sejumlah sumber yang berbeda. Kesimpulan yang sudah dirumuskan oleh

---

<sup>50</sup> Umar Sidiq dan Moh. Miftachul Choiri, *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan*, 1 ed. (CV. Nata karya, 2019), 94-95.

peneliti berlandaskan hasil analisis selanjutnya dikonfirmasi kepada berbagai sumber tersebut guna memperoleh kesepakatan dan memastikan bahwasannya interpretasi yang dihasilkan benar-benar mencerminkan kenyataan yang ada di lapangan.

#### **b. Triangulasi Teknik**

Triangulasi teknik dilakukan dengan cara memverifikasi kebenaran data kepada sumber yang sama, namun memakai instrumen pengumpulan data yang berlainan. Apabila ketiga teknik yang diterapkan menghasilkan data yang saling bertentangan ataupun tidak sejalan satu sama lain, peneliti mengonfirmasinya dengan melaksanakan konfirmasi dan pendalaman langsung bersama sumber data yang bersangkutan hingga diperoleh pemahaman yang konvergen dan bisa dipertanggungjawabkan.

## **H. SISTEMATIKA PEMBAHASAN**

Sistematika pembahasan disusun selaku panduan alur penulisan yang runtut, jelas, dan terstruktur, dicerna pada empat bab utama, yakni:

### **Bab I - Pendahuluan**

Bab ini memuat uraian mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian, serta sistematika penulisan pada skripsi.

### **Bab II - Profil Lokasi Penelitian**

Bab ini menggambarkan kondisi umum Yayasan Al-Jenderami, Malaysia, termasuk lokasi, sejarah singkat, struktur organisasi, dan program-program yang dijalankan, sehingga pembaca memperoleh gambaran menyeluruh mengenai objek penelitian.

### **Bab III - Hasil dan Pembahasan**

Bab ini menyajikan temuan penelitian dari data lapangan dan literatur. Analisis dilakukan dengan mengaitkan hasil observasi dan wawancara dengan teori yang relevan, terutama terkait pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis *Memory Card*.

### **Bab IV - Kesimpulan dan Saran**

Bab terakhir memuat kesimpulan penelitian dan rekomendasi praktis untuk pengembangan program. Bagian ini juga menyertakan daftar pustaka, lampiran, dan biodata peneliti.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa proses pelaksanaan pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis Memory Card di Yayasan Al-Jenderami berlangsung melalui lima tahapan utama, yaitu tahap persiapan konsep dan media, tahap observasi dan pendekatan, tahap sosialisasi kegiatan, tahap pelaksanaan intervensi, serta tahap refleksi dan rekonstruksi makna. Intervensi ini dirancang sebagai media permainan reflektif yang memanfaatkan aktivitas storytelling untuk membantu lansia mengingat, menceritakan, dan memaknai kembali pengalaman hidup mereka. Melalui pertanyaan-pertanyaan reflektif dalam Memory Card, lansia memperoleh ruang untuk mengekspresikan emosi, berbagi pengalaman, serta merefleksikan perjalanan hidup yang telah dilalui. Proses tersebut tidak hanya mendorong keterbukaan dalam bercerita, tetapi juga membantu lansia merekonstruksi pengalaman hidup yang sebelumnya bersifat personal menjadi narasi yang lebih positif, bermakna, dan memberdayakan. Pada tahap refleksi, lansia mulai memaknai ulang pengalamannya sebagai sumber pembelajaran, kekuatan, dan hikmah, sehingga intervensi Memory Card mampu berkontribusi terhadap penguatan identitas diri, relasi sosial, spiritualitas, serta kebermaknaan hidup lansia.

Selain itu, peneliti menyimpulkan bahwa keberhasilan pemberdayaan psikososial lansia melalui intervensi naratif berbasis Memory Card dipengaruhi oleh faktor pendukung dan penghambat yang mencakup dimensi intrapersonal, interpersonal, dan behavioral. Pada dimensi intrapersonal, faktor pendukung terlihat dari kesiapan lansia untuk berbagi pengalaman hidup, keterbukaan emosional, serta kemampuan merefleksikan pengalaman secara positif dan spiritual. Aktivitas storytelling membantu lansia menyadari bahwa perjalanan hidup yang telah dilalui masih memiliki nilai, makna, dan hikmah yang berharga bagi diri sendiri maupun orang lain. Pada dimensi interpersonal, keberhasilan intervensi didukung oleh lingkungan Yayasan Al-Jenderami yang berbasis komunitas religius, dukungan sosial antarlansia, serta pendekatan fasilitator yang hangat, empatik, dan non-judgmental sehingga menciptakan rasa aman, diterima, dan dihargai selama proses bercerita. Sementara itu, pada dimensi behavioral, partisipasi aktif lansia dalam storytelling, diskusi kelompok, serta karakter permainan Memory Card yang interaktif, menyenangkan, dan fleksibel mampu meningkatkan keterlibatan lansia dalam proses pemberdayaan.

Di sisi lain, penelitian ini juga menemukan beberapa faktor penghambat. Pada dimensi intrapersonal, hambatan muncul dari pengalaman kehilangan pasangan hidup yang masih membekas secara emosional serta keterbatasan fisik seperti gangguan penglihatan, pendengaran, dan mobilitas. Pada dimensi interpersonal, hambatan terlihat dari kurangnya rasa percaya diri sebagian lansia untuk berbicara di depan kelompok, kekhawatiran terhadap penilaian

orang lain, serta perbedaan latar belakang pendidikan dan sosial yang memengaruhi tingkat kenyamanan dalam berinteraksi. Adapun pada dimensi behavioral, hambatan berkaitan dengan kondisi kesehatan, keterbatasan konsentrasi, perbedaan kemampuan komunikasi, serta variasi tingkat partisipasi antar lansia selama sesi berlangsung. Meskipun demikian, berbagai hambatan tersebut tidak menghalangi proses pemberdayaan secara keseluruhan, melainkan menjadi dinamika yang perlu direspons melalui pendekatan yang fleksibel, adaptif, dan berpusat pada kebutuhan serta kemampuan masing-masing lansia.

## B. SARAN

### 1. Bagi Yayasan Al-Jenderami Malaysia

Peneliti menyarankan agar Yayasan Al-Jenderami bisa mengembangkan kegiatan berbasis *storytelling* dan refleksi naratif selaku program rutin pada pembinaan warga emas. Kegiatan seperti *Memory Card* tidak hanya menyajikan ruang hiburan bagi lansia, tetapi juga terbukti membantu lansia mengekspresikan emosi, memperkuat relasi sosial, serta membangun makna hidup yang lebih positif. Oleh sebab itu, program serupa bisa dikembangkan dengan cara lebih terstruktur dengan tema-tema yang lebih beragam, seperti spiritualitas, keluarga, pengalaman hidup, maupun kesehatan mental lansia. Selain itu, yayasan juga bisa mempertimbangkan pelatihan khusus bagi fasilitator ataupun pendamping lansia agar

mempunyai kemampuan komunikasi empatik, *active listening*, dan pendekatan psikososial yang lebih adaptif kepada kondisi emosional lansia.

## 2. Bagi Pemerintah dan Pemangku Kepentingan

Peneliti menyarankan kepada pemerintah, lembaga sosial, serta pihak-pihak yang bergerak pada bidang kesejahteraan lansia agar lebih memperhatikan aspek psikososial pada pelayanan kepada warga lanjut usia. Selama ini program lansia cenderung berfokus pada aspek kesehatan fisik dan bantuan sosial, padahal kebutuhan emosional, relasi sosial, serta kebermaknaan hidup juga menjadi bagian penting pada kesejahteraan lansia. Oleh sebab itu, diperlukan pengembangan program pemberdayaan yang lebih humanis dan partisipatif, salah satunya melalui pendekatan naratif, terapi kelompok, maupun aktivitas berbasis komunitas yang memberi ruang bagi lansia untuk didengar dan dihargai pengalamannya. Selain itu, pemerintah dan pemangku kebijakan diharapkan bisa memperkuat kolaborasi dengan lembaga sosial, komunitas keagamaan, serta institusi pendidikan dalam menciptakan program pemberdayaan lansia yang lebih inklusif dan berkelanjutan.

## 3. Bagi Lembaga Kesejahteraan Lansia di Indonesia

Peneliti menyarankan agar lembaga-lembaga kesejahteraan lansia di Indonesia bisa mengembangkan pendekatan pemberdayaan yang tidak hanya bersifat administratif dan pelayanan dasar, tetapi juga menyentuh aspek psikologis, sosial, dan spiritual lansia dengan cara menyeluruh. Intervensi berbasis storytelling seperti *Memory Card* bisa menjadi salah satu

alternatif metode yang sederhana, fleksibel, dan mudah diterapkan pada komunitas lansia. Pendekatan ini penting dikembangkan sebab mampu menciptakan ruang interaksi yang hangat, memperkuat rasa dihargai, serta membantu lansia membangun kembali identitas dan makna hidupnya di usia lanjut. Selain itu, lembaga kesejahteraan lansia juga perlu menciptakan lingkungan sosial yang suportif agar lansia tidak merasa terisolasi, kesepian, maupun kehilangan peran sosial pada kehidupannya.

#### 4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti menyadari bahwasannya penelitian ini masih mempunyai keterbatasan, khususnya pada durasi intervensi, jumlah partisipan, serta fokus penelitian yang lebih banyak menyoroti pengalaman subjektif lansia pada satu komunitas tertentu. Oleh sebab itu, peneliti menyarankan agar penelitian selanjutnya bisa mengembangkan kajian mengenai intervensi naratif berbasis *storytelling* dengan cakupan yang lebih luas, baik pada konteks budaya, komunitas, maupun metode yang berbeda. Penelitian berikutnya juga bisa mengkaji pengaruh intervensi naratif kepada aspek lain seperti kesehatan mental, resiliensi, kualitas hidup, ataupun *spiritual well-being* lansia dengan cara lebih mendalam. Selain itu, penggunaan metode longitudinal juga penting dilakukan agar bisa melihat dampak jangka panjang dari intervensi psikososial berbasis naratif kepada kehidupan lansia dengan cara berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, Siti, Budi Purwoko, dan Bakhrudin All Habsy. "Efektivitas Pendekatan Konseling Naratif dalam mengatasi Permasalahan Identitas Diri Pada Remaja." *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan* 5, no. 2 (2025): 747–59. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v5i2.5097>.
- Albert, Wanda Kiyah George. *Intervensi Life Review Therapy Bagi Lanjut Usia Yang Mengalami Masalah Emosional Dan Kognitif*. t.t.
- Alfi, Imam, dan Ageng Widodo. *Peningkatan Kualitas Hidup Lansia: Implementasi Prinsip Hak Lansia Melalui Pelayanan Sosial Lanjut Usia*. 9, no. 1 (2024).
- Bakti, Lalu Puguh Wira, dan Nandang DD Khairari. "Efektivitas Pemberian Terapi Reminiscence Untuk Kualitas Hidup Lansia." *INDOGENIUS* 3, no. 3 (2024): 112–19. <https://doi.org/10.56359/igj.v3i3.377>.
- Budi, Antonina Ayuning, Wulan Miranda Panggabean, dan Annastasia Ediat. "Social Support in Older Adults in Asia: Bibliometric Study and Narrative Review." *Proceedings of the 1st International Conference on Social Science (ICSS)* 4, no. 1 (2025): 178–91. <https://doi.org/10.59188/icss.v4i1.250>.
- Chai, Ai Jing, dan Harifah Mohd Noor. "Konsep Penuaan Aktif di Malaysia: Satu Penelitian Awal." *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)* 7, no. 2 (2022): e001204. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i2.1204>.
- Charles, Susan T., dan Laura L. Carstensen. "Social and Emotional Aging." *Annual Review of Psychology* 61, no. 1 (2010): 383–409. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448>.
- Cristy, Carmelita, Inas Nabila Ramdhani, dan Jessica Chandhika. *Hubungan Psychological Empowerment Dengan Work-Life Balance Pada Ibu Yang Bekerja Wfo*. 1, no. 2 (t.t.).
- David Epston, Michael White. *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton, 1990. t.t.
- "Department of Statistics Malaysia." Diakses 15 Mei 2026. <https://www.dosm.gov.my/>.
- Dwisetyo, B. (2024). *Strategi holistik peningkatan kualitas hidup lansia*. *Amerta Media*. Halaman 39-46. t.t.
- "Effects of reminiscence therapy on quality of life and life satisfaction of the elderly in the community: a systematic review | BMC Geriatrics | Springer Nature

Link.” Diakses 15 Mei 2026.  
<https://link.springer.com/article/10.1186/s12877-023-04001-1>.

Eisman, Andria B., Marc A. Zimmerman, Daniel Kruger, dkk. “Psychological Empowerment Among Urban Youth: Measurement Model and Associations with Youth Outcomes.” *American Journal of Community Psychology* 58, no. 3–4 (2016): 410–21. <https://doi.org/10.1002/ajcp.12094>.

Eko Arik Susmiatin, Melani Kartika Sari, Linda Ishariani, Baghase Prasetyo, Cindy Maya Nuari, dan Dwi Nur Indah. “Pemberdayaan Kader Lansia Melalui Kemampuan Deteksi Dini Masalah Kesehatan Fisik Dan Psikososial Pada Lansia.” *Bisma: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2, no. 2 (2024): 270–75. <https://doi.org/10.61159/bisma.v2i2.340>.

Elga, Stefanny, Gerardina Sri Redjeki, dan Anna Rejeki Simbolon. *Hubungan Antara Post Power Syndrome Dengan Tingkat Kecemasan Responden Pasca Pensiun Di RW 05 Kecamatan Rawa Lumb Kelurahan Bojong Menteng 2023*. t.t.

Elizabeth Messman et al., “Psychological Empowerment as a Route for Positive Adjustment during Adolescence,” *Journal of Applied Developmental Psychology* 83 (2022): 101458, <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12212102/>. t.t.

Elviana, dan Lia Warika. “PERMAINAN TRUTH OR DARE pada LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK GUNA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA.” *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Malikussaleh (JSPM)* 6, no. 2 (2025): 311–420. <https://doi.org/10.29103/jspm.v6i2.22639>.

Erik H. Erikson, *Childhood and Society*, 2nd ed. (New York: W. W. Norton & Company, 1963), 268-269; Jolene van der Kaap Deeder et al., “The Role of Ego Integrity and Despair in Older Adults’ Well Being during the COVID 19 Crisis”. t.t.

Fauzan Alfian. “Wawancara dengan Fasilitator.” UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Mei 2026.

Fina Uswatun Khasanah, “Model Aktualisasi Diri Elderly People melalui ‘Galeri Emas’ di Yayasan Al-Jenderami, Malaysia” (Skripsi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025). t.t.

Gentile, Jill. “From Truth or Dare to Show and Tell: Reflections on Childhood Ritual, Play, and the Evolution of Symbolic Life.” *Psychoanalytic Dialogues* 23, no. 2 (2013): 150–69. <https://doi.org/10.1080/10481885.2013.772481>.

- Golden, Jeannette, Ronán M. Conroy, Irene Bruce, dkk. "Loneliness, Social Support Networks, Mood and Wellbeing in Community-dwelling Elderly." *International Journal of Geriatric Psychiatry* 24, no. 7 (2009): 694–700. <https://doi.org/10.1002/gps.2181>.
- Haro, Masta, Untung Sudharmono, Monalisa Sitompul, Imanuel Sri Mei Wulandari, Evelin Malinti, dan Imanuel Sri Mei Wulandari. "Edukasi Dan Pemberdayaan Lansia dalam menjaga Kesehatan di Kelurahan Kacapiring, Kecamatan Batununggal Bandung." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 7, no. 3 (2024): 1221–35. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i3.13372>.
- Hermawan, Rudi. "Pendampingan Sosial Bagi Lanjut Usia Berbasis Kearifan Lokal Masyarakat Di Desa Sidoluhur." *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah* 3, no. 2 (2019): 85–93. <https://doi.org/10.21831/diklus.v3i2.26028>.
- Hj Yusof. "Wawancara dengan Suami Ketua Galeri Emas." Yayasan Al-Jenderami Malaysia, Desember 2025.
- Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2017), 165-174. t.t.
- Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2017), 175-180. t.t.
- Indonesia, Badan Pusat Statistik. "Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021." Diakses 15 Mei 2026. <https://www.bps.go.id/id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/statistik-penduduk-lanjut-usia-2021.html>.
- Indonesia, Badan Pusat Statistik. "Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023." Diakses 15 Mei 2026. <https://www.bps.go.id/id/publication/2023/12/29/5d308763ac29278dd5860fad/statistik-penduduk-lanjut-usia-2023.html>.
- Isnanita, Nur, dan Fibri Rakhmawati. *Pengembangan Media Pembelajaran Truth or Dare Berbasis Permainan Guna meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis*. t.t.
- Kenali Kami | Yayasan Al-Jenderami. 24 Mei 2018. <http://aljenderami.com.my/v33/index.php/kenali-kami/>.
- "Loneliness and Health Outcomes Among Malaysian Older Adults." *Makara Journal of Health Research*, advance online publication, 2021. <https://doi.org/10.7454/msk.v25i2.1277>.
- M. Djunaidi Ghony dan Fauzan Almanshur, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 166-171. t.t.

Maria Komariah et al., "Intervensi Non-Farmakologis Pemenuhan Kebutuhan Psikososial pada Lansia: Sebuah Kajian Literatur," *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu* 9, no. 1 (2025). t.t.

Matthew B. Miles, *Analisis Data Kualitatif* (UI Press, 1992), 16. t.t.

McAdams, Dan P. *The Redemptive Self: Stories Americans Live By*. Oxford University Press, 2006.  
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195176933.001.0001>.

"Mental Health of Older Adults." Diakses 15 Mei 2026. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>.

Mitina M, Young S, Zhavoronkov A. *Psychological aging, depression, and well-being. Aging (Albany NY)*. 2020; 12:18765-18777.  
<https://doi.org/10.18632/aging.103880>. t.t.

Mustaffa, Nurul Hidayawatie, Noor Shakirah Mat Akhir, dan Salasiah Hanin Hamjah. "Impak Amalan Kerohanian Bagi Mengatasi Kesunyian Di Pusat Jagaan Warga Emas: The Impact of Spiritual Practice in Overcoming Loneliness at Elderly Care Centre." *Afkar: Jurnal Akidah Dan Pemikiran Islam* 23, no. 2 (2021): 1–40. <https://doi.org/10.22452/afkar.vol23no2.1>.

"Narrative Means to Therapeutic Ends." Diakses 16 Mei 2026. <https://wnorton.com/books/Narrative-Means-to-Therapeutic-Ends/>.

Nasir, Nur Fatimah Md, Ponnusamy Subramaniam, Shazli Ezzat Ghazali, Shobha Sharma, Jasmah Md Hassan, dan Hoon Lang Teh. "An Overview of the Dyadic, Intergenerational and Digital-Based Reminiscence Therapy: A Scoping Review." *Malaysian Journal of Public Health Medicine* 23, no. 3 (2023): 119–36.

Nasution, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Tarsito, 2003), 80. t.t.

Nek Badariah. "Wawancara dengan Guru Mengaji Warga Emas." Yayasan Al-Jenderami Malaysia, Desember 2025.

Nek Badriah. "Wawancara dengan Guru Mengaji Warga Emas." Yayasan Al-Jenderami Malaysia, Desember 2025.

Nek Che Kamariah. "Wawancara dengan Warga Emas." Yayasan Al-Jenderami Malaysia, Desember 2025.

Nek Rafeah Juah. "Wawancara dengan Guru Mengaji Warga Emas." Yayasan Al-Jenderami Malaysia, Desember 2025.

Nek Rohani Abu Samah. "Wawancara dengan Guru Mengaji Tuah." Yayasan Al-Jenderami Malaysia, Desember 2025.

- Nek Rosnah Binti Yusof. "Wawancara dengan Ketua Galeri Emas." Yayasan Al-Jenderami Malaysia, Desember 2025.
- Nurhayati, Pipin, Sri Nur Hartiningsih, Endar Timiyatun, dan Misra. "Pengaruh Reminiscence Therapy kepada Peningkatan Harga Diri Pada Lansia Dibalai Pelayanan Sosial Tresna Wredha Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta." *JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN* 10, no. 2 (2024): 202–8. <https://doi.org/10.32660/jpk.v10i2.760>.
- Nurmalisyah, Fitri Firranda, I. Ketut Andika Priastana, dan Desy Siswi Anjar Sari. "Pensiun dan Aktivitas Sehari-Hari Lansia: Narrative Review: Retirement and Daily Activities of Older Adults: A Narrative Review." *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar* 16, no. 1 (2025): 117–23. <https://doi.org/10.32382/jmk.v16i1.1534>.
- Payne, Martin. *Narrative Therapy: An Introduction for Counsellors*. 2nd ed. London; Thousand Oaks: SAGE Publications Ltd, 2006; Yeni Elfira, "Terapi naratif: sebuah pendekatan pada pelayanan bimbingan dan konseling kelompok," *Journal of Counseling, Education and Society* 2, no. 1 (2021): 26-28, <https://jurnal.iicet.org/index.php/jces/article/view/1271>. t.t.
- Penerapan Terapi Reminiscence kepada Kesejahteraan Psikologis Lansia: Sebuah Literature Review | Jurnal Kesehatan Tambusai*. t.t. Diakses 17 Mei 2026. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/51204>.
- Peran Serta Keluarga Pada Lansia Yang Mengalami Post Power Syndrome*. 2 (2008).
- "Peranan MakCik Travels pada Penyediaan Sokongan kepada Warga Emas di Malaysia." *GEOGRAFI*, no. 11 (Juni 2023): 68–86. <https://doi.org/10.37134/geografi.vol11.1.4.2023>.
- Perkins, Douglas D., dan Marc A. Zimmerman. "Empowerment Theory, Research, and Application." *American Journal of Community Psychology* 23, no. 5 (1995): 569–79. <https://doi.org/10.1007/BF02506982>.
- Permatasari, Novita, Heryanto Susilo, Salvinia Salvy Prihanta, dkk. "Dari Kenangan Menuju Kesejahteraan Manfaat Reminiscence Therapy Bagi Lansia Di Griya Lansia Husnul Khatimah." *Lentera : Journal of Gender and Children Studies* 4, no. 1 (2024): 236–53. <https://doi.org/10.26740/lentera.v4i1.31518>.
- Pinang, MKN Pulau. "Negara Tua 2030: Persediaan Prasana Minda Dan Fizikal Warga Emas." *Laman Web MKN*, 8 Mei 2023. <https://www.mkn.gov.my/web/ms/2023/05/08/negara-tua-2030-persediaan-prasana-minda-dan-fizikal-warga-emas/>.

- Prabowo, Eko, dan Putri Laila Syahlaa. "Hubungan Kekuatan Core Stability Dengan Fleksibilitas Lower Limb Pada Lansia Di Panti Werdha Budi Mulia 3 Jakarta." *Jurnal Ilmiah Fisioterapi* 6, no. 01 (2023): 31–36. <https://doi.org/10.36341/jif.v6i01.2860>.
- Prof. Dr. Lexy J. Moleong, MA, Metode Penelitian Kualitatif (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012), 7. t.t.*
- "Pusat Pengajian, Sepanjang Hayat, and Yayasan A L Jenderami, '( A Life Long Education Center For The Aged: The Experience Of Yayasan Pusat Pengajian Sepanjang Hayat Ibu Ayah ataupun Warga Tua : Pengalaman', 2022." t.t.
- Rahimah Dahlan dan Mohd. Isa Hamzah, "Punca Pengabaian Warga Emas di Malaysia," QALAM International Journal of Islamic and Humanities Research 3, no. 4 (2023): 29-36 https://jurnal.nung.com/index.php/qalam/article/view/199. t.t.*
- Riski, Riski Syntia Ayu, Abdurrahman Hamid, dan Lita. "Comparison of Feelings of Loneliness and Family Support in the Elderly in Pstw and the Family Environment: Perbandingan Perasaan Kesepian Dan Dukungan Keluarga Pada Lansia Di Pstw Dan Lingkungan Keluarga." *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)* 2, no. 1 (2022): 114–28. <https://doi.org/10.25311/jkh.Vol2.Iss1.533>.
- Rosmin Ilham, Kemandirian Keluarga dalam merawat Lansia (Gorontalo: Ideas Publishing, 2019), https://stikestanawali.ac.id/wp-content/uploads/2021/10/BUKU-KEMANDIRIAN-KELUARGA-ROSMIN-ILHAM.pdf. t.t.*
- Sabrina, Fitriana Noor. *Skripsi Pengaruh Terapi Kognitif kepada Fungsi Kognitif Lansia Di Puskesmas Padangsari Semarang. t.t.*
- Saragih, Ita Daryanti, Santo Imanuel Tonapa, Ching-Teng Yao, Ice Septriani Saragih, dan Bih-O. Lee. *Effects of Reminiscence Therapy in People with Dementia: A Systematic Review and Meta-analysis. t.t.* <https://doi.org/10.1111/jpm.12830>.
- Sharif, Noraini Che, Khadijah Alavi, Ponnusamy Subramaniam, dan Nurul Erni Nazira Zakaria. "Hubungan Antara Kualiti Hidup Dengan Kebimbangan Dan Kemurungan Warga Emas Demensia: Peranan Pekerja Sosial (Relationship between Anxiety and Depression with Quality of Life among Older Adults with Dementia)." *JURNAL PSIKOLOGI MALAYSIA* 37, no. 1 (2023). <https://spaj.ukm.my/ppppm/jpm/article/view/732>.

- Sinaga, Mei Rianita Elfrida. "The Effectiveness of the Intervention Depression in the Elderly: A Systematic Review." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8, no. 4 (2020): 529. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.4.2020.529-540>.
- Siti Alifa Fentiani, Yani Achdiani, dan Gina Indah Permata Nastia. "Peran Kesejahteraan Sosial dalam meningkatkan Kualitas Hidup Masyarakat." *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial HUMANITAS* 7, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.23969/humanitas.v7i1.21718>.
- Observasi Kegiatan Pelaksanaan Memory Card*. Observasi Lapangan. Yayasan Al-Jenderami Malaysia, 2024.
- Observasi Kegiatan Pelaksanaan Memory Card*. Observasi Lapangan. Yayasan Al-Jenderami Malaysia, 2024.
- Observasi Kegiatan Praktik Penggunaan Memory Card*. Observasi Lapangan. Yayasan Al-Jenderami Malaysia, 2024.
- Observasi Kondisi Lansia, Yayasan Wredha Mulya Yogyakarta*. Observasi Lapangan. Yayasan Wredha Mula Yogyakarta, 2024.
- Observasi Proses Pelaksanaan Memory Card*. Yayasan Al-Jenderami Malaysia, 2024.
- Stephen, Jeffery, Sam F. Jiee, Azimah Azman, dkk. "Determinants of Psychosocial Well-Being of Older Adults in Sarawak, Malaysia." *Journal of Family and Community Medicine* 32, no. 4 (2025): 295–302. [https://doi.org/10.4103/jfcm.jfcm\\_127\\_25](https://doi.org/10.4103/jfcm.jfcm_127_25).
- Swasti, Idei Khurnia, dan Wisjnu Martani. "Menurunkan Kecemasan Sosial melalui Pemaknaan Kisah Hidup." *JURNAL PSIKOLOGI*, t.t.
- Ulziamil, Mahadina, Arjuna Arjuna, dan Akip Murod. "Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Diwilayah Puskesmas Kacang Pedang Tahun 2024." *Jurnal Kesehatan Tambusai* 6, no. 2 (2025): 7730–37. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.33933>.
- Umar Sidiq dan Moh. Miftachul Choiri, *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan, 1 ed.* (CV. Nata karya, 2019), 94-95. t.t.
- Van Der Kaap-Deeder, Jolene, Branko Vermote, Joachim Waterschoot, Bart Soenens, Sofie Morbée, dan Maarten Vansteenkiste. "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, no. 1 (2022): 117–29. <https://doi.org/10.1007/s10433-021-00610-0>.

- Wahyudi Nugroho, *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik Ed.3 (Jakarta: EGC Penerbit Buku Kedokteran, 2008)*. t.t.
- Wahyuni, Andi Sri, dan Haerani Nur. "Peran Dukungan Keluarga dalam mengurangi Kesepian pada Lansia: Kajian Literatur." *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* 2, no. 4 (2025): 1–11. <https://doi.org/10.56842/jpk.v2i4.492>.
- White, Michael, and David Epston. *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton, 1990. <https://wnnorton.com/books/Narrative-Means-to-Therapeutic-Ends/>. t.t.
- Widiani, Esti, Nurul Hidayah, dan Abdul Hanan. "Gambaran Masalah Psikososial Lanjut Usia Saat Pandemi Covid-19." *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia* 6, no. 2 (2022): 151. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v6i2.4120>.
- Yaslina, Yaslina, Moidaliza Moidaliza, dan Rada Srimutia. *Aspek Fisik dan Psikososial kepada Status Fungsional pada Lansia*. 4, no. 2 (2021).
- Yayasan Al-Jenderami. 24 Mei 2018. <http://aljenderami.com.my/v33/>.
- Young, Elizabeth. "Narrative Therapy and Elders with Memory Loss." *Clinical Social Work Journal* 38, no. 2 (2010): 193–202. <https://doi.org/10.1007/s10615-008-0146-4>.
- Zimmerman, M. A. (2000). *Empowerment Theory: Psychological, Organizational and Community Levels of Analysis*. In J. Rappaport & E. Seidman (Eds.), *Handbook of Community Psychology* (pp. 43-63). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers. t.t.
- Zimmerman, Marc A. "Psychological Empowerment: Issues and Illustrations." *American Journal of Community Psychology* 23, no. 5 (1995): 581–99. <https://doi.org/10.1007/BF02506983>.
- Zimmerman, Marc A., Barbara A. Israel, Amy Schulz, dan Barry Checkoway. "Further Explorations in Empowerment Theory: An Empirical Analysis of Psychological Empowerment." *American Journal of Community Psychology* 20, no. 6 (1992): 707–27. <https://doi.org/10.1007/BF01312604>.