

Pendampingan Psikososial dan Aktivitas Terapeutik bagi Lansia Terlantar di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma

Saptaningsih Sumarmi ^{1*}, Tasrim ², Angga Kurniawan ³,
Arif Siaha Widodo ⁴, Niken Andriyani ⁵, Latifah Nirbita Andini ⁶,
Nur Rahmad Hakim ⁷

¹⁻⁷ Program Magister Manajemen, Fakultas Bisnis dan Hukum,
Universitas PGRI Yogyakarta

* sapta@upy.ac.id

Abstrak

Lansia terlantar merupakan kelompok rentan yang membutuhkan perhatian pada aspek fisik, psikologis, dan sosial. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma pada tanggal 20 April–7 Mei 2027 dengan sasaran 58 penghuni yang berasal dari jalanan, titipan keluarga, dan datang secara mandiri. Program kegiatan meliputi pendampingan psikososial, terapi aktivitas kelompok, senam lansia, pelatihan keterampilan sederhana, serta kegiatan spiritual. Metode yang digunakan berupa observasi, pendampingan, dan evaluasi partisipatif. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan partisipasi sosial, semangat mengikuti aktivitas, serta interaksi antar penghuni. Selain itu, lansia menjadi lebih terbuka dan aktif dalam kegiatan harian. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan psikososial lansia melalui pendekatan yang humanis dan partisipatif.

Kata Kunci: lansia terlantar, pendampingan psikososial, terapi aktivitas kelompok, kesejahteraan

Pendahuluan

Lanjut usia merupakan kelompok masyarakat yang mengalami proses penurunan fungsi fisik, psikologis, dan sosial secara bertahap (Sumarni, 2025). Kondisi tersebut menjadi semakin kompleks ketika lansia berada dalam kondisi terlantar, tidak memiliki dukungan keluarga yang memadai, serta mengalami keterbatasan ekonomi dan sosial. Berdasarkan data UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, jumlah penghuni panti pada tahun 2026 mencapai 58 orang dengan karakteristik yang beragam, yaitu lansia yang berasal dari jalanan, lansia yang dititipkan keluarga, serta lansia yang datang secara mandiri untuk memperoleh pelayanan sosial. Kondisi tersebut menunjukkan tingginya kebutuhan layanan sosial dan pendampingan psikososial bagi lansia terlantar.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar penghuni mengalami persoalan psikososial seperti kesepian, rendahnya interaksi sosial, kehilangan rasa percaya diri, kecemasan, serta menurunnya semangat hidup. Selain itu, beberapa lansia

menunjukkan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial dan kurang berpartisipasi dalam aktivitas harian. Kondisi ini dipengaruhi oleh pengalaman hidup yang berat, keterpisahan dari keluarga, serta kurangnya aktivitas yang mampu meningkatkan kesejahteraan emosional dan sosial mereka. Persoalan tersebut menjadi urgensi penting bagi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat karena kesejahteraan lansia tidak hanya ditentukan oleh pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga kesehatan mental dan sosial.

Untuk menjawab permasalahan tersebut, program pengabdian masyarakat dirancang dalam bentuk pendampingan psikososial dan aktivitas terapeutik bagi lansia. Program kerja yang dilaksanakan meliputi terapi aktivitas kelompok, pelatihan keterampilan sederhana, permainan edukatif, kegiatan spiritual, dan pendampingan emosional. Kegiatan ini dirancang untuk meningkatkan partisipasi sosial, memperkuat hubungan interpersonal antar penghuni, serta membantu lansia memperoleh rasa nyaman dan dihargai dalam lingkungan panti.

Pendekatan psikososial dan terapi aktivitas kelompok dipilih karena telah terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa aktivitas kelompok mampu mengurangi tingkat depresi dan kesepian pada lansia serta meningkatkan interaksi sosial dan kesejahteraan psikologis (Jopings & Kastuhandani, 2025; Salma et al., 2026). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa pendampingan emosional dan aktivitas fisik ringan seperti senam lansia dapat meningkatkan motivasi hidup dan kesehatan mental lansia (Gunda et al., 2025; N. Putri et al., 2025). Selain itu, pendekatan humanistik dalam pelayanan sosial lansia dinilai mampu menciptakan lingkungan yang lebih suportif dan meningkatkan rasa kebermaknaan hidup penghuni panti (Haq & Suyuti, 2026; N. Putri et al., 2025). Prinsip ini sejalan dengan pendekatan pelayanan sosial yang menempatkan lansia sebagai individu yang tetap memiliki kebutuhan emosional, sosial, dan spiritual (Masita & Fauzah, 2025), (Zulfa et al., 2026).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia melalui pendampingan emosional dan aktivitas terapeutik yang partisipatif. Manfaat kegiatan diharapkan mampu meningkatkan interaksi sosial, semangat hidup, serta kualitas hidup lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan menjadi bentuk kontribusi nyata perguruan tinggi dalam mendukung pelayanan sosial bagi lansia terlantar melalui pendekatan yang humanis dan berkelanjutan.

Metode Pelaksanaan

Tempat dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma selama 18 hari, yaitu pada tanggal 20 April sampai 7 Mei 2027. Lokasi kegiatan dipilih karena merupakan unit pelayanan sosial yang menampung lansia terlantar dengan latar belakang sosial yang beragam, sehingga membutuhkan pendampingan psikososial secara berkelanjutan.

Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh penghuni panti sebanyak 58 lansia yang terdiri atas lansia terlantar dari jalanan, lansia yang dititipkan oleh keluarga, dan lansia yang datang secara mandiri. Penentuan peserta dilakukan berdasarkan hasil koordinasi dengan pengelola panti serta mempertimbangkan kondisi fisik, psikologis, dan kemampuan lansia dalam mengikuti kegiatan. Seluruh penghuni dilibatkan secara bertahap agar kegiatan dapat berlangsung efektif dan menyesuaikan kondisi kesehatan masing-masing peserta.

Metode Pengabdian

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan melalui observasi awal, koordinasi dengan pengelola panti, identifikasi kebutuhan lansia, serta penyusunan jadwal kegiatan. Pada tahap ini juga dilakukan persiapan media dan alat pendukung kegiatan seperti permainan edukatif dan perlengkapan keterampilan sederhana.

b. Tahap Pendampingan Psikososial

Pendampingan dilakukan melalui komunikasi interpersonal, pendekatan emosional, dan interaksi sosial secara langsung kepada lansia. Kegiatan ini bertujuan membangun rasa nyaman, meningkatkan rasa percaya diri, dan mengurangi perasaan kesepian pada penghuni panti.

c. Terapi Aktivitas Kelompok

Kegiatan terapi aktivitas kelompok dilakukan melalui permainan ringan, bernyanyi bersama, diskusi santai, dan aktivitas kelompok lainnya untuk meningkatkan interaksi sosial dan kebersamaan antar lansia.

d. Kegiatan Spiritual dan Motivasi

Kegiatan spiritual dilakukan melalui doa bersama, pendampingan ibadah, dan pemberian motivasi untuk meningkatkan ketenangan batin serta kesejahteraan emosional lansia.

Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan kegiatan pengabdian meliputi:

- a. Meningkatnya partisipasi lansia dalam kegiatan kelompok.
- b. Meningkatnya interaksi sosial antar penghuni panti.
- c. Berkurangnya perilaku pasif dan menyendiri pada lansia.
- d. Meningkatnya antusiasme lansia dalam mengikuti aktivitas harian.
- e. Terciptanya suasana sosial yang lebih hangat dan suportif di lingkungan panti.

Metode Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan secara kualitatif melalui:

- a. Observasi langsung terhadap perubahan perilaku dan partisipasi lansia selama kegiatan berlangsung.
- b. Wawancara dengan pengelola panti terkait perkembangan interaksi sosial dan kondisi emosional penghuni.
- c. Dokumentasi kegiatan sebagai bahan monitoring pelaksanaan program.
- d. Penilaian tingkat kehadiran dan keterlibatan lansia dalam setiap aktivitas yang dilaksanakan.

Hasil evaluasi digunakan untuk mengetahui tingkat keberhasilan program serta sebagai dasar rekomendasi pengembangan kegiatan pendampingan lansia di masa mendatang.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma dilaksanakan melalui pendampingan psikososial, terapi aktivitas kelompok, hiburan bersama, serta pemberian motivasi kepada lansia. Kegiatan diikuti oleh 58 penghuni panti, dan dikarenakan beberapa penghuni memiliki kondisi fisik yang tidak memungkinkan untuk duduk di kursi, beberapa penghuni diberikan pendampingan dengan mendampingi di kamar.

Pada tahap awal kegiatan, tim pengabdian melakukan pembukaan dan pendekatan interpersonal kepada penghuni panti. Lansia terlihat antusias mengikuti kegiatan yang dilakukan secara interaktif di aula panti sosial. Suasana kegiatan berlangsung hangat dan komunikatif sehingga membantu menciptakan kenyamanan bagi peserta.



Gambar 1. Kegiatan pembukaan dan pendampingan psikososial bersama penghuni panti.

Gambar 1 menunjukkan proses penyampaian materi dan interaksi awal antara tim pengabdian dengan penghuni panti. Kegiatan dilakukan melalui komunikasi santai dan pendekatan emosional untuk membangun kedekatan dengan lansia. Selanjutnya, kegiatan hiburan dan terapi aktivitas kelompok dilakukan melalui bernyanyi bersama serta komunikasi kelompok. Aktivitas ini bertujuan meningkatkan interaksi sosial dan mengurangi rasa kesepian pada lansia.



Gambar 2. Kegiatan hiburan dan interaksi sosial lansia melalui aktivitas kelompok

Gambar 2 menunjukkan kegiatan pendampingan psikososial, terapi aktivitas kelompok, dan hiburan music dari penghuni panti. Dalam pelaksanaan aktivitas pendampingan, kegiatan hiburan menjadi salah satu aktivitas yang paling diminati oleh penghuni panti. Beberapa lansia mulai aktif bernyanyi dan berpartisipasi dalam percakapan kelompok. Kondisi ini menunjukkan adanya peningkatan rasa percaya diri dan keterlibatan sosial peserta.

Tabel 1. Capaian Kegiatan

No.	Kegiatan	Indikator Capaian	Persentase
1	Pendampingan psikososial	Lansia mampu berinteraksi aktif dengan pendamping dan penghuni lain	82%
2	Terapi aktivitas kelompok	Lansia mengikuti kegiatan kelompok secara aktif	78%
3	Kegiatan hiburan dan bernyanyi bersama	Lansia menunjukkan antusiasme dan keterlibatan sosial	85%
4	Kegiatan spiritual dan motivasi	Lansia menunjukkan respons emosional positif dan lebih tenang	80%
Rata-rata capaian kegiatan			81%

Selain meningkatkan interaksi sosial, kegiatan pendampingan juga memberikan dampak positif terhadap kondisi emosional lansia. Beberapa peserta yang sebelumnya pasif mulai lebih terbuka dalam berkomunikasi dengan penghuni lain maupun tim pendamping. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan psikososial berbasis aktivitas kelompok mampu membantu meningkatkan kesejahteraan emosional lansia (Emilia et al., 2026).

Kegiatan pengabdian ini sejalan dengan teori pendampingan psikososial yang menekankan pentingnya interaksi sosial, dukungan emosional, dan aktivitas partisipatif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia (Dewi et al., 2025). Pendekatan humanistik yang diterapkan dalam kegiatan juga membantu menciptakan suasana yang lebih nyaman dan suportif di lingkungan panti sosial (Haq & Suyuti, 2026; I. H. Putri et al., 2026).

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma berhasil meningkatkan interaksi sosial, partisipasi aktivitas, dan kesejahteraan psikososial lansia melalui pendekatan pendampingan emosional dan terapi aktivitas kelompok. Hal baru dari kegiatan ini adalah penerapan pendekatan humanistik dan partisipatif yang memadukan pendampingan psikososial, hiburan, aktivitas kelompok, serta motivasi spiritual dalam satu rangkaian kegiatan terpadu bagi lansia terlantar.

Kegiatan memberikan manfaat positif bagi penghuni panti berupa meningkatnya rasa percaya diri, berkurangnya perilaku pasif, serta terciptanya suasana sosial yang lebih hangat dan suportif. Secara teoritik, kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan psikososial berbasis aktivitas kelompok dapat menjadi model pengabdian masyarakat yang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia terlantar.

Kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan, psikolog, relawan, dan masyarakat agar program pendampingan lansia dapat berjalan lebih optimal dan memberikan dampak jangka panjang bagi kesejahteraan penghuni panti.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma sebagai unit pelaksana teknis di bawah Dinas Sosial Tenaga Kerja dan Transmigrasi Kota Yogyakarta yang telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitas selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu, apresiasi diberikan kepada seluruh penghuni panti dan pihak terkait yang telah mendukung keberhasilan kegiatan ini.

Referensi

- Dewi, R. K., Nardina, E. A., & Rismawati. (2025). Implementasi Program Pemberdayaan Lansia Berbasis Kognitif dan Sosial untuk Peningkatan Kualitas Hidup di Samiran, Selo, Kabupaten Boyolali. *Madaniya*, 6(4), 2211–2221.
- Emilia, N. L., Susanti, H., Putri, Y. S. E., Reni, & Mbaloto, F. R. (2026). Optimalisasi Perkembangan Psikososial Lansia melalui Intervensi Edukasi dan Terapi Kelompok Terapeutik. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 6(01), 111–116.
- Gunda, S., Fahrudin, F., Inayah, R. N., Izza, I. A., Atiqa, U. D., & Mahmud, I. (2025). Peningkatan Kesehatan Fisik dan Mental Lansia Melalui Program Senam Lansia di

- Komunitas. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 85–90.
<https://doi.org/10.47575/apma.v5i2.723>
- Haq, F. F., & Suyuti, M. H. (2026). Pendekatan humanistik pimpinan terhadap penerima manfaat panti pelayanan sosial lanjut usia Sudagaran Banyumas. *Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU)*, 3(1), 1203–1212. <https://doi.org/10.61722/jinu.v3i1.8095>
- Jopingskan, C., & Kastuhandani, F. C. (2025). Sosialisasi dan Aktivitas Seni sebagai Upaya Preventif dalam Melindungi Kesejahteraan Psikologis Kelompok Masyarakat Lansia di Dusun Ngunut Kidul, Gunungkidul. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 6(3), 707–720. <https://doi.org/10.35870/jpni.v6i3.1583>
- Masita, D., & Fauzah, N. (2025). Mengangkat Martabat Lansia Perempuan : Penguatan Spiritual- Psikologis untuk Mewujudkan Kemandirian Ekonomi di Pasuruan. *J-Abmas Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 151–171.
- Putri, I. H., Listiyani, S., Jelila, F., Rizkiyah, S., Nuranisa, & Erwinda, L. (2026). Menciptakan Kebermaknaan Hidup dan Memberikan Kebahagiaan Kepada Lansia di UPT Perlindungan Sosial, Dinas Sosial Provinsi Banten. *Krepa: Kreativitas Pada Abdimas*, 7(7). <https://doi.org/10.8734/krepa.v1i2.365>
- Putri, N., Sarasapuri, E., Indah, T., Guntoro, D. R., Arum, A. S., & Sulistyono, A. R. (2025). Pelatihan dan Pendampingan Senam Lansia sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup di Desa Ploso, Jumapolo. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)*, 5(6), 3095–3104. <https://doi.org/10.54082/jamsi.2319>
- Salma, N. R., Fauziah, A., Anam, K., & Sugiarto. (2026). Optimalisasi kesejahteraan psikologis lansia Desa Sempulur melalui psikoedukasi berbasis refleksi diri dan interaksi sosial. *DARMABAKTI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 68–75.
- Sumarni. (2025). Pengaruh Usia Lanjut terhadap Kesehatan Lansia. *Jurnal Berita Kesehatan*, 18(1), 74–79.
<https://www.ojs.stikes.gunungsari.id/index.php/JBK/article/view/312>
- Zulfa, N., Hermawan, A., Maskhur, & Aziz, A. T. A. (2026). Model Pesantren Lansia : Strategi Penguatan Psikospiritual Melalui Bimbingan Multikultural Berbasis Fiqih Keluarga. *Dharmahita: Journal of Community Service and Development*, 3(1), 88–99.
<https://doi.org/10.28918/dharmahita.v3i1.14915>