

GAMBARAN WELL BEING LANSIA YANG AKTIF BERKEGIATAN DI KOMUNITAS GEREJA

Maria Theresia Arie Lilyana^{1*}, Anindya Arum Cempaka², Maria Manungkalit³,
Ermalynda Sukmawati⁴

¹⁻³Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Email Korespondensi: anindya@ukwms.ac.id

Disumbit: 07 Agustus 2024

Diterima: 05 Januari 2025

Diterbitkan: 01 Februari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i2.16798>

ABSTRACT

Elderly people will experience several biopsychosocial changes. These changes not only affect him physically, but also affect his mental condition. The environment or community has an influence on achieving wellbeing for the elderly to accomodate of self-actualization. Aim of this research to descript of wellbeing in elderly people who are active in church communities. This research mthod used is decriptive analytical. The research was carried out from February to June 2023 with research respondents being elderly people who actively participated in Church elderly activities. The number of respondents in the study was 48 elderly people. The research sample was taken using purposive sampling. The measuring tool used is the Ryff Psychological Wellbeing Scale (PWB). Data processing on wellbeing and wellbeing dimensions uses mean values. The results showed that 24 (50%) respondents had good wellbeing and 24 (50%) had low wellbeing. Based on the result of this research, the picture of the well-being of elderly people who are active in church communities is influenced by the domains of self-acceptance, environment and relationships. The lowest domain in this research is life goals because elderly people feel that when they get older they no longer have any bigger life goals they want to achieve. Elderly people who are active in activities in the church community feel prosperous because they feel accepted, feel like they are part of the community and are able to control their activity environment.

Keywords: Activities, Community, Elderly, Well Being.

ABSTRAK

Lanjut usia akan mengalami beberapa perubahan secara biopsikosial. Perubahan tersebut tidak hanya memengaruhi secara fisik saja, namun juga memengaruhi kondisi kejiwaannya. Lingkungan atau komunitas memiliki pengaruh pencapaian wellbeing bagi lansia sebagai sarana aktualisasi diri. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui gambaran wellbeing pada lanjut usia yang aktif berkegiatan di komunitas gereja. Metode penelitian yang dipergunakan adalah deskriptif analitik. Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari hingga Juni 2023 dengan responden penelitian adalah lansia yang aktif mengikuti kegiatan lansia Gereja. Jumlah responden dalam penelitian sebanyak 48 orang lanjut usia. Pengambilan sampel penelitian menggunakan purposive sampling. Alat ukur yang digunakan adalah Ryff Psychological Wellbeing Scale

(PWB). Pengolahan data wellbeing dan dimensi wellbeing menggunakan nilai mean. Hasil penelitian menunjukkan 24 (50%) responden memiliki wellbeing yang baik dan 24 (50%) wellbeing rendah. Berdasar hasil penelitian ini gambaran wellbeing lansia yang aktif berkegiatan di komunitas gereja dipengaruhi oleh domain penerimaan diri, lingkungan dan relasi. Domain terendah yang memengaruhi wellbeing adalah tujuan hidup karena lansia merasa saat usia lanjut tidak ada lagi tujuan hidup lebih besar yang ingin dicapai. Lansia yang aktif dalam kegiatan di komunitas gereja merasakan sejahtera karena merasa diri diterima di komunitas tersebut, merasakan menjadi bagian dalam komunitas dan mampu mengontrol lingkungan beraktivitas.

Kata Kunci: Kegiatan, Komunitas, Lanjut Usia, *Well Being*.

PENDAHULUAN

Lansia atau lanjut usia adalah tahap terakhir dalam proses kehidupan manusia saat individu memasuki usia 65 tahun atau lebih. Periode emas usia kehidupan ini, tidak semua orang memiliki kesempatan untuk melewatinya (Islamiati, 2020). Angka harapan hidup yang meningkat di Indonesia menunjukkan kualitas hidup masyarakat telah mengalami peningkatan. Harapan hidup yang tinggi disebabkan oleh kemajuan berbagai bidang diantaranya dalam ketersediaan fasilitas kesehatan dan publik. Kemajuan dan peningkatan dalam tingkat sosial ekonomi berpengaruh pula untuk meningkatkan kemakmuran masyarakat dan usia harapan hidup individu. Usia harapan hidup dan kondisi sosial ekonomi tidak dapat dipergunakan sebagai indikator tunggal tentang derajat kebahagiaan lansia. Lanjut usia akan mengalami beberapa perubahan secara biopsikososial seiring bertambahnya usia. Perubahan tersebut tidak hanya memengaruhi secara fisik saja, namun juga memengaruhi kondisi kejiwaan lansia itu sendiri. Kondisi kejiwaan yang dipengaruhi oleh perubahan fisik akan menimbulkan perasaan sedih, cemas, murung, bahkan keputusan (Islamiati, 2020).

Menurut teori perkembangan psikososial dari Erikson, lansia berada dalam tahap integritas ego vs keputusasaan. Tuntutan tugas perkembangan lansia pada fase ini adalah mencapai integritas ego sehingga mampu menemukan kedamaian hidup dan menghilangkan perasaan keputusasaan. Tahap ini adalah tahapan yang tidak mudah untuk dilewati oleh seseorang. Kemampuan menghadapi tahapan ini menuntut lansia untuk mampu menerima proses menua sebagai suatu siklus kehidupan secara realistis. Kemampuan untuk menerima diri secara realistis tersebut menyebabkan lansia mampu merasakan kesejahteraan atau *Psychological wellbeing* di usia senjanya (Auliya et al., 2023). *Psychological well-being* adalah kemampuan individu merasakan kebahagiaan dalam hidupnya dan melakukan tugas yang diemban secara efektif serta mampu menerima keadaan buruk dalam hidupnya berupa kekecewaan, kegagalan dan dukacita sebagai bagian dalam perjalanan kehidupannya (Yenita, 2022).

Factor eksternal yaitu lingkungan memiliki pengaruh wellbeing pada lansia. Lingkungan yang mendukung, teman sebaya dengan komunikasi dan interaksi yang mudah dipahami lansia

memerlukan wadah yang tepat. Komunitas doa gereja merupakan sarana yang dapat dimanfaatkan lansia untuk meningkatkan wellbeing dalam pencapaian aktualisasi diri lansia sesuai dengan tugas perkembangan menurut Erikson. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti tertarik mengetahui permasalahan pada lansia yaitu "gambaran *wellbeing* pada individu dengan usia lanjut yang aktif dalam mengikuti kegiatan rohani di komunitas gereja". Tujuan penelitian: mengetahui gambaran *well-being* pada individu dengan usia lanjut yang aktif dalam mengikuti kegiatan rohani di komunitas gereja.

KAJIAN PUSTAKA

Usia lanjut memengaruhi fungsi tubuh individu. Perubahan fisik mendasar yang dialami lansia yaitu perubahan dalam system endokrin yang mengontrol hormon, perubahan system kardiovaskuler, paru-paru, pendengaran, penglihatan, otot, dan tulang. Perubahan-perubahan tersebut berdampak pada fisik lansia misalnya menyebabkan kesakitan, kesulitan bergerak sekaligus memengaruhi pula kondisi kejiwaan contohnya timbul perasaan sedih, kecemasan, murung, bahkan keputusasaan (Nareswari, 2021).

Perubahan yang dapat dialami oleh lanjut usia antara lain perubahan psikososial, perubahan emosi/ perasaan, perubahan sikap dan perilaku, dan perubahan spiritual. Lansia dalam aspek psikososial akan mengalami penurunan kemampuan berpikir yang berpengaruh kepada aspek emosi perasaan dan perilaku. Perubahan emosi perasaan lansia dapat diakibatkan oleh karena perasaan bosan menghadapi penyakit, kesepian karena pasangannya

meninggal, sudah tidak memiliki pemasukan keuangan, kehilangan jabatan atau karena perpisahan dengan anak-anak yang bekerja di luar kota atau telah menikah (Ulfa et al., 2021). Perubahan perilaku yang dialami lansia dapat pula disebabkan karena melemahnya otot sehingga lansia kesulitan untuk bergerak atau melakukan mobilisasi sehingga lansia terhambat dalam memenuhi kebutuhan bersosialisasi (Fitriana et al., 2021).

Perubahan pada aspek spiritual juga kerap dialami lansia. Tugas perkembangan pada tahap akhir manusia adalah merefleksikan kehidupan di masa lalu dan melihat kembali segenap hal yang sudah atau belum dilakukan, termasuk merefleksikan hubungan dengan Tuhan. Kesadaran tentang keberadaan Tuhan merupakan bagian penting bagi individu supaya memperoleh kehidupan yang lebih bermakna. Pengertian bermakna dalam hal ini utamanya bagi seorang lanjut usia yaitu sepanjang hidup mampu menjalani semua peran sosial dengan penuh optimis, percaya diri, dan sabar (Fani Masruroh & Hielmi Anjaini Rahma, 2023).

Menurut teori perkembangan psikososial Erikson, lansia berada dalam tahap integritas ego vs keputusasaan. Tahap perkembangan ini jika mengalami kegagalan akan menyebabkan keputusasaan. Lansia yang gagal dalam tahap ini cenderung menyesali hal-hal dan peristiwa kehidupan yang tidak sesuai dengan keinginan sehingga mudah putus asa. Lansia yang mengalami keputusasaan juga memiliki resiko mengalami depresi. Penyebab kondisi ini antara lain: menyesali setiap kekecewaan yang dialami, pengalaman kegagalan, dan kehilangan kesempatan berharga dalam hidupnya. Sebaliknya, saat integritas ego dicapai akan membuat

individu berusia lanjut merasakan kedamaian hidup dan menerima setiap peristiwa hidup yang dialaminya sebagai hal yang tidak dapat diubah. Definisi dari Integritas ego adalah penerimaan diri atas siklus kehidupan manusia sehingga mampu mencapai kepuasan dalam hidupnya. (Auliya et al., 2023).

Individu berusia lanjut akan merasa bahagia jika peran tanggungjawabnya di masyarakat berkurang karena lansia mengalami penurunan fungsi tubuh. Lansia pada tahap usia masih tetap membutuhkan pengakuan dari lingkungan sekitar atas perannya. Peran lansia tersebut biasanya terkait pengalaman hidup yang telah dijalannya sebagai warga senior termasuk berbagai keberhasilan yang sudah pernah dicapai. Individu lanjut usia yang berhasil mencapai kepuasan hidup adalah mereka yang menua namun tetap aktif mengikuti berbagai kegiatan di masyarakat dan lingkungannya. Lanjut usia yang tetap aktif di usia senja akan mempunyai kesehatan yang lebih baik karena memiliki kesempatan mengaktualisasikan diri lewat kemampuan yang masih dimiliki. Sebaliknya jika lansia tidak mendapatkan kesempatan untuk mengaktualisasikan diri akan menyebabkan perasaan tidak puas dengan hidupnya (Yusamah, 2020).

Well-being memiliki enam domain yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relationships with other*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan perkembangan diri (*personal growth*) (Blasco-Belled & Alsinet, 2022). Penerimaan diri (*self-acceptance*) merupakan sikap

mampu menerima dirinya sendiri secara apa adanya. Sikap ini dicirikan dengan pandangan yang positif mengenai dirinya sendiri, menerima dengan positif peristiwa di masa lalu, serta mengakui kelebihan dan kekurangan dirinya sendiri.

Hubungan positif dengan orang lain (*positive relationships with other*) memiliki ciri yaitu terdapat interaksi hangat, kepercayaan individu pada orang lain, mempunyai keinginan menunjukkan empati, afeksi dan keintiman. Berhasilnya dimensi ini ditandai dengan individu yang merasa mendapat penguatan, kenyamanan, dan bahagia saat berada dalam hubungan yang akrab, intim, dan disertai perasaan cinta yang kuat. Kemandirian (*autonomy*) memiliki ciri seseorang mempunyai kemampuan untuk mengevaluasi diri sendiri berdasarkan standar pribadi dan tidak mencari persetujuan orang lain untuk menentukan standar diri sendiri. Ciri individu yang memiliki *autonomy* adalah memiliki kontrol diri serta mampu mengambil keputusan bagi diri sendiri secara mandiri. Individu tersebut akan berani mengambil sikap mandiri dan menolak tekanan sosial, sehingga lebih mampu untuk bertindak dan berpikir sesuai standar diri yang dimiliki.

Penguasaan Lingkungan (*environmental mastery*) adalah kemampuan seseorang mengatur dengan efektif situasi di hidupnya melalui perilaku dan upaya dari diri sendiri. Individu akan mampu mengatur, menguasai dan mengontrol situasi yang rumit serta kompleks dan mengubah situasi di sekitarnya secara kreatif ke arah yang lebih baik. Tujuan hidup (*purpose in life*) merupakan sikap seseorang yang memiliki tujuan dan makna hidup. Sikap ini memiliki ciri yaitu mampu menjadi produktif,

kreatif dan mencapai kestabilan emosi. Kemampuan ini akan membantu seseorang dalam menemukan makna dan arah tujuan hidup melalui pengalaman pribadinya. Perkembangan diri (*personal growth*) dapat digambarkan sebagai individu yang mempunyai keinginan untuk mengembangkan potensi dirinya yaitu dengan keinginan membuka diri kepada pengalaman-pengalaman baru, memaksimalkan potensi dari diri sendiri, dan keinginan memperbaiki kesalahan pada dirinya (Pedhu, 2022).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari hingga Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang aktif mengikuti kegiatan lansia Gereja yang rutin diselenggarakan setiap bulan di minggu ke-4. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 48 orang lanjut usia. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif

analitik (Sastroasmoro, 2022). Penelitian ini mengumpulkan data melalui kuesioner dengan skala likert dan diisi oleh subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan kuesioner *Ryff's Psychological Well-Being (RPWB)*. Item kuesioner disusun berdasarkan enam dimensi *Ryff Psychological Well-Being* meliputi: Penerimaan diri (*self-acceptance*) 3 poin pertanyaan, Hubungan positif dengan orang lain (*positive relationships with other*) 3 poin, Kemandirian (*autonomy*) 3 poin pertanyaan, Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) 3 poin, Tujuan hidup (*purpose in life*) 3 poin pertanyaan, Perkembangan diri (*personal growth*) 3 poin, total kuesioner menggunakan 18 poin pertanyaan. Analisa hasil penelitian berdasar kuesioner yang telah terkumpul diolah menggunakan *software SPSS 25* untuk menentukan Gambaran kesejahteraan lansia yang menjadi responden dalam penelitian ini.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Hasil uji statistik gambaran well being lansia yang aktif berkegiatan di komunitas gereja

Skor Wellbeing	n	%	
Rendah	24	50%	
Tinggi	24	50%	
Total	48	100%	

Dimensi <i>well being</i>	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean
Penerimaan diri	4.00	16.00	14.7872
Tujuan hidup	4.00	17.00	12.0638
Penguasaan lingkungan	3.00	16.00	14.8936
Hubungan positif dengan orang lain	8.00	17.00	14.7660
Perkembangan diri	8.00	16.00	13.6596
Kemandirian	8.00	17.00	13.6170
Skor total	42.00	98.00	81.1064

Penjelasan Tabel

Hasil penelitian menunjukkan nilai terendah dari kuesioner 18 poin pertanyaan yang dikutip dari Ryff, dkk menunjukkan nilai terendah adalah 42 dan nilai tertinggi 98. 24 (50%) responden memiliki tingkat kesejahteraan rendah dan 24 (50%) responden berada dalam kesejahteraan tinggi. Penelitian selanjutnya akan membahas factor dominan yang memengaruhi kondisi kesejahteraan lansia yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Well-being memiliki enam domain

yaitu penerimaan diri (self-acceptance), hubungan positif dengan orang lain (positive relationships with other), kemandirian (autonomy), penguasaan lingkungan (environmental mastery), tujuan hidup (purpose in life), dan perkembangan diri (personal growth). Berdasarkan Analisa data ternyata mean tertinggi ada di domain penerimaan diri, lingkungan dan relasi dengan nilai mean 14. Mean terendah berada di domain tujuan hidup dengan nilai mean 12.

PEMBAHASAN

Alat ukur yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner well being oleh riff. Domain penilaian kuesioner ini antara lain penerimaan diri, tujuan hidup, lingkungan, relasi, perkembangan dan autonomy. Peneliti akan membahas nilai domain yang memiliki mean tertinggi dan terendah. Berdasarkan temuan di lahan nilai mean tertinggi ada di domain penerimaan diri, lingkungan dan relasi dengan nilai mean 14. Mean terendah berada di domain tujuan hidup dengan nilai mean 12.

Domain penerimaan diri memiliki nilai mean 14 dalam penelitian ini. Domain ini memiliki pengertian kemampuan untuk menerima diri apa adanya. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, menerima setiap aspek yang melekat pada dirinya, dan merasa positif terhadap kehidupan di masa lalunya. Sedangkan individu yang memiliki penerimaan diri negatif akan merasa kecewa dan tidak puas dengan masa lalunya. Penerimaan diri merupakan dimensi penting dalam kesehatan jiwa karena dengan penerimaan diri yang baik akan memaksimalkan segala potensi seseorang

mengaktualisasikan diri. Lansia yang memiliki penerimaan diri yang baik memiliki keyakinan mampu menghadapi persoalan hidup dan menganggap diri berharga (Pedhu, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Maulidhea dan Syafiq (2022) menunjukkan bahwa penerimaan diri mengacu pada kesadaran diri, pengembangan karakter yang positif, persepsi diri terhadap peristiwa negatif serta penilaian positif terhadap diri. Responden dalam penelitian ini mampu menerima diri dan proses penuaan yang dialami sebagai bagian dalam perjalanan hidupnya. Responden ada yang mengungkapkan bahwa penambahan usia tidak dapat dipungkiri, dan perubahan fisik akibat proses penuaan tidak dapat dihindari sehingga harus mampu bersyukur dengan pengalaman hidup yang harus dijalani saat ini. Penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Putri (2020) menunjukkan bahwa kemampuan menerima diri pada lansia Jawa dipengaruhi oleh konsep narimo ing pandum. Definisi dari konsep ini adalah kondisi menerima terhadap apapun yang telah diberikan Tuhan bagaimanapun kondisinya dan berapapun jumlahnya setelah segala usaha dilakukan.

Konsep yang dimiliki tersebut pada akhirnya berdampak pada perasaan tenang atau ayem dalam menjalani kehidupan ini bagi lansia dan pada akhirnya mampu mencapai kesejahteraan/well being. Penelitian kualitatif oleh Permatasari dan Ajisukmo (2021) menunjukkan penerimaan diri yang dimiliki lansia diungkapkan dalam bentuk aspek perasaan sederajat dengan orang lain, percaya dengan kemampuan diri yang dimiliki, bertanggung jawab, berorientasi keluar diri, memiliki pendirian, menyadari keterbatasan yang dimiliki, dan menerima sifat-sifat kemanusiaan dirinya. Faktor penerimaan diri yang baik tersebut dipengaruhi oleh pemahaman diri yang baik, nilai religiusitas dan sikap masyarakat yang mampu menerima kehadiran lansia di lingkungan mereka.

Domain penguasaan lingkungan memiliki mean cukup tinggi juga yaitu 14. Penguasaan lingkungan merujuk kepada kemampuan seseorang mengatur lingkungan, memanfaatkan kesempatan yang ada, dan mengendalikan situasi hidup dalam keseharian serta memilih dan menciptakan lingkungan sesuai kebutuhan dirinya. Responden dalam penelitian ini adalah mereka yang aktif dalam kegiatan lansia di gereja. Penulis berpendapat komunitas yang positif berdampak pada kebahagiaan lansia dan kemampuan penguasaan lingkungan karena lansia dapat mencurahkan isi hati dan persoalan hidup kepada teman sebaya serta mendapat solusi pemecahan masalah pada hidupnya. Ungkapan kerinduan untuk hadir, bertemu dengan rekan seusia dan bertukar pikiran merupakan saat yang ditunggu lansia dalam pertemuan ini. Penelitian yang mendukung pernyataan tersebut dilakukan oleh Kurniawan dan Susilarini (2021). Kegiatan

keagamaan yang diikuti berdampak positif dinyatakan oleh responden dalam penelitian tersebut sebagai cara membina hubungan sosialisasi di lingkungan yang membangun bagi lansia.

Domain hubungan positif dengan orang lain memiliki mean 14 juga. Relasi yang baik mampu diukur melalui adanya hubungan dalam individu untuk mendapatkan penguatan, perasaan nyaman dan bahagia ketika berada dalam suatu hubungan yang intim, dan rasa cinta yang kuat. Responden dalam penelitian ini merasakan hal-hal tersebut saat kegiatan pertemuan yang dilakukan. Penelitian pendukung dari Isnani (2023) menunjukkan bahwa lansia perlu memiliki tujuan hidup untuk mamaknai hidupnya dengan cara menghabiskan waktu dalam hidup keagamaan, persepsi diri yang positif serta memiliki kegiatan yang bermanfaat untuk membangun relasi di suatu komunitas. Relasi tersebut nampak dari responden dalam penelitian ini saat berkegiatan dalam perkumpulan tersebut.

Domain dengan mean terendah adalah tujuan hidup dengan nilai 12. Individu yang mempunyai tujuan dan sasaran hidup akan mampu merasakan dirinya menjadi seorang pemimpin, merasakan arti dari kehidupan sekarang dan masa lalu dan memegang kepercayaan bahwa hidup yang tengah dijalani memiliki arti (Pedhu, 2022). Responden dalam penelitian ini saat mengisi kuesioner menyatakan bahwa sudah tidak ada lagi cita-cita atau tujuan hidup yang besar yang ingin mereka capai. Akibatnya domain ini mendapatkan nilai paling rendah dari domain lainnya. Penelitian yang telah dilakukan oleh Mailisa, N., & Khairani tahun 2017 menunjukkan bahwa 69,2% lansia pada aspek tujuan hidup berada pada kategori kurang baik. Kemungkinan penyebab

rendahnya nilai dari domain ini adalah lansia berpotensi besar menderita sakit dan bersifat kronis serta sulit disembuhkan berhubungan dengan proses penuaan yang dialami. Kondisi tersebut menyebabkan lansia terkadang tidak memiliki tujuan hidup dan menganggap bahwa hidupnya tidak memiliki arti karena sebentar lagi akan menghadapi. Temuan tersebut menunjukkan perlunya intervensi yang bermanfaat bagi lansia untuk tetap mampu menjalani hidup ini dengan bermakna baik dari diri sendiri maupun anggota keluarga yang dekat serta lingkungan di mana lansia tinggal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, skor minimum adalah 42 dan skor maksimum adalah 98. 24 (50%) lansia berada dalam kesejahteraan tinggi dan 24 (50%) lansia berada dalam kesejahteraan rendah. Nilai mean berdasar domain penilaian tertinggi ada di domain penerimaan diri, lingkungan dan relasi dengan nilai mean 14. Mean terendah berada di domain tujuan hidup dengan nilai mean 12.

Berdasarkan penelitian ini Gambaran wellbeing lansia yang aktif berkegiatan di komunitas gereja dipengaruhi oleh domain penerimaan diri, lingkungan dan relasi. Domain terendah pada penelitian ini adalah tujuan hidup karena lansia merasa saat usia lanjut tidak ada lagi tujuan hidup lebih besar yang ingin dicapai.

Saran bagi penelitian selanjutnya menentukan intervensi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan domain tujuan hidup meski usia sudah lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Auliya, I. R., Afrinaldi, Sesmiarni, Z., & Yarni, L. (2023). Ego Integrity Pada Lansia Di Korong Punco Ruyung Nagari Batu Kalang, Kec. Padang Sago, Kab. Padang Pariaman. *Journal of Social Humanities and Education*, 2(1), 260-274.
- Blasco-Belled, A., & Alsinet, C. (2022). The architecture of psychological well-being: A network analysis study of the Ryff Psychological Well-Being Scale. *Scandinavian Journal of Psychology*, 63(3), 199-207.
- Fani Masrurroh, & Hielmi Anjaini Rahma. (2023). Kualitas Religius dan Kesehatan Psikologis pada Lansia yang Mengikuti Kajian Rohani. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 2(2), 1-18. <https://doi.org/10.24090/j.asertive.v2i2.9977>
- Fitriana, L. N., Lestari, D. R., & Rahmayanti, D. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 9(2), 169. <https://doi.org/10.20527/dk.v9i2.6544>
- Islamiati, A. I. (2020). Faktor-Faktor yang mempengaruhi probabilitas lansia menjadi bahagia di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Dan Ekonomi*, 9(3), 197-203. <https://journal.student.uny.ac.id/index.php/ekonomi/article/view/15393><https://journal.student.uny.ac.id/index.php/ekonomi/article/viewFile/15393/14899>
- Isnani, A. S. (2023). *Kesejahteraan Subjektif Pada Lanjut Usia yang Tinggal Sendiri di Rumah*

- The Subjective Well-Being of Elderly Persons Who Live at Home Alone Abstrak*. 10(01), 240-259.
- Kurniawan, & Susilarini. (2021). Gambaran Psychological Well-Being di Komunitas Lansia Adi Yuswo Gereja St. Albertus Agung Harapan Indah Bekasi. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 47-57. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/955>.
- Maulidhea, P. Q. A., & Syafiq, M. (2022). Gambaran penerimaan diri pada lansia yang dititipkan oleh keluarga di panti sosial. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 206-217.
- Nareswari, P. J. (2021). Depresi Pada Lansia: Faktor Resiko, Diagnosis Dan Tatalaksana. *Jurnal Medika Utama*, 02(02), 1-58.
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(1), 65. <https://doi.org/10.29210/162200>
- Permatasari, D. A., & Ajisuksmo, C. (2021). Penerimaan Diri Warga Lanjut Usia Yang Hidup Sendiri. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 8(2), 141-152.
- Putri, L. S. (2020). Konsep Narima Ing Pandum Dalam Penerimaan Diri Lansia Jawa. *Academic Journal Of Psychology and Counseling*, 1, 77-94.
- Sastroasmoro, S. (2022). *Dasar-dasar metodologi penelitian klinis* (5th ed.). Sagung Seto.
- Ulfa, M., Muammar, & Yahya, M. (2021). Hubungan Perubahan Psikososial Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Darussalam Indonesian Journal Fo Nursing and Midwifery*, 2, 81-88.
- Yenita, S. (2022). Gambaran Psychological Well Being pada Dewasa Awal Yang Berstatus Janda di Kenagarian Air Bangis. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 4(2), 150-155. <https://doi.org/10.38035/rrj.v4i2.451>
- Yusamah, U. B. (2020). Layanan Dukungan Psikososial Bagi Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha DKI Jakarta (Studi Kasus di PSTW Budi Mulya 3, DKI Jakarta). *Jurnal Pembangunan Dan Administrasi Publik*, 2(2), 44-58.