JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)
http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm
Vol. 10, No. 1, Februari 2026, Hal. 477-486
e-ISSN 2614-5758 | p-ISSN 2598-8158
Crossref :https://doi.org/10.31764/jmm.v10i1.37313

TERAPI OKUPASI MELALUI AKTIVITAS KELOMPOK UNTUK PENINGKATAN KESEJAHTERAAN PSIKOSOSIAL LANSIA

Dwi Setiowati
Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Indonesia
dwi.setiowati@uinjkt.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Fenomena ageing population menyebabkan peningkatan populasi lansia di Indonesia, yang sering mengalami penurunan kesejahteraan psikologis seperti depresi, stres, dan kesepian akibat perubahan fisik, kognitif, serta sosial. Tujuan pengabdian masarakat ini yaitu meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia melalui terapi aktivitas kelompok (TAK) berbasis terapi okupasi. Terapi okupasi yang digunakan yaitu pembuatan kerajinan tangan dari manik-manik, dengan mitra Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan yang melibatkan 8 lansia (7 laki-laki dan 1 perempuan), serta evaluasi melalui observasi perilaku selama kegiatan dan wawancara pasca kegiatan. Hasil yang dicapai menunjukkan peningkatan motorik halus sebesar 100% (semua peserta mampu menyelesaikan kerajinan dengan rapi) dan softskill interaksi sosial serta ekspresi emosi positif sebesar 100% dibandingkan evaluasi perasaan awal.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis; Lanjut Usia; Terapi Aktivitas Kelompok; Terapi Okupasi.

Abstract: *The ageing population phenomenon has led to an increase in the elderly population in Indonesia, often experiencing a decline in psychological well-being such as depression, stress, and loneliness due to physical, cognitive, and social changes. The purpose of this community service is to enhance the psychological well-being of the elderly through group activity therapy based on occupational therapy. The occupational therapy include crafting handmade items from beads, partnering with Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan involving 8 elderly participants (7 males and 1 female), with evaluation through behavioral observation during the activity and post-activity interviews. The achieved results demonstrate a 100% improvement in hard skills of fine motor abilities (all participants completed crafts neatly) and soft skills in social interaction and positive emotional expression compared to initial feelings assessment.*

Keywords: *Psychological Well-Being; Elderly; Group Activity Therapy; Occupational Therapy.*

Article History:
Received: 25-12-2025
Revised : 11-01-2026
Accepted: 12-01-2026
Online : 01-02-2026

This is an open access article under the CC–BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Peningkatan angka harapan hidup secara global telah memicu fenomena *ageing population* yang semakin signifikan. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan lanjut usia (lansia) sebagai individu berusia 60 tahun ke atas, sementara *United Nations Population Fund* (UNFPA) memprediksi bahwa jumlah penduduk dunia berusia 65 tahun ke atas akan meningkat dua kali lipat menjadi sekitar 1,6 miliar pada tahun 2050 (UNFPA, 2023). Fenomena ini menunjukkan bahwa lansia merupakan kelompok populasi yang terus berkembang dan membutuhkan perhatian khusus dalam berbagai sektor, terutama kesehatan dan kesejahteraan sosial.

Di Indonesia, tren penuaan penduduk juga terjadi secara konsisten. Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat bahwa proporsi lansia meningkat dari 11,75% pada tahun 2023 menjadi sekitar 12% pada tahun 2024, dengan jumlah lebih dari 33 juta jiwa (BPS, 2024). Peningkatan jumlah lansia ini berimplikasi langsung pada meningkatnya kebutuhan pelayanan kesehatan jangka panjang, pelayanan sosial, serta program promotif dan preventif yang berfokus pada kualitas hidup lansia.

Proses penuaan degeneratif sering disertai dengan penurunan fungsi fisik, kognitif, dan psikososial, yang berdampak pada kesejahteraan psikologis lansia. Berbagai studi menunjukkan bahwa lansia rentan mengalami masalah psikologis seperti depresi, stres, kesepian, gangguan tidur, serta penurunan motivasi hidup akibat kehilangan peran sosial, pasangan, dan kemandirian (Faramarzi et al., 2018). Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis menjadi variabel penting yang perlu mendapatkan intervensi terstruktur dan berkelanjutan.

Pada tingkat lokal, panti sosial tresna werdha sebagai mitra pengabdian menghadapi permasalahan serius berupa tingginya keluhan psikologis pada lansia. Banyak penghuni panti mengalami isolasi sosial akibat keterbatasan mobilitas, minimnya aktivitas bermakna, serta berkurangnya interaksi dengan keluarga dan teman sebaya. Kondisi ini memunculkan perasaan tidak berharga, kesepian, dan ketergantungan, yang apabila tidak ditangani dapat memperburuk kondisi kesehatan fisik dan meningkatkan risiko gangguan kognitif seperti demensia.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia adalah Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) sebagai bagian dari terapi okupasi. TAK memanfaatkan dinamika kelompok melalui berbagai aktivitas terstruktur, seperti permainan stimulasi sensomotorik, diskusi kelompok, dan kegiatan kreatif, untuk meningkatkan interaksi sosial, adaptasi perilaku, serta kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Pendekatan ini menekankan manipulasi lingkungan terapeutik yang disesuaikan dengan kemampuan dan keterbatasan lansia. Pelaksanaan TAK sejalan dengan kebijakan pemerintah Indonesia, antara lain Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia dan Peraturan Pemerintah Nomor 43 Tahun 2004 yang menekankan pelayanan

kesehatan dan sosial bagi lansia. Selain itu, Kementerian Kesehatan RI melalui Standar Pelayanan Minimal (SPM) mendorong upaya promotif dan preventif untuk mencapai lansia yang sehat, mandiri, dan produktif (Kemenkes RI, 2019).

Berbagai penelitian dan kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. TAK terbukti mampu menurunkan tingkat depresi dan kesepian melalui peningkatan interaksi sosial serta rasa kebersamaan antaranggota kelompok (Herawati, 2021; Pratama, 2024). Aktivitas kelompok yang bersifat terstruktur dan bermakna juga berkontribusi dalam meningkatkan fungsi kognitif lansia, terutama pada aspek perhatian, memori, dan orientasi, sehingga membantu mempertahankan kemandirian psikososial (Choi et al., 2018; Park & Lee, 2017). Selain itu, pendekatan terapi okupasi berbasis kelompok dilaporkan mampu memperbaiki kesejahteraan emosional dan kualitas hidup lansia melalui stimulasi aktivitas sehari-hari yang adaptif dan sesuai kemampuan individu (Firdaus et al., 2025; De Coninck et al., 2024). Temuan-temuan tersebut memperkuat dasar ilmiah penggunaan TAK sebagai intervensi yang relevan dan aplikatif dalam pelayanan kesehatan dan sosial bagi lansia.

Berdasarkan kondisi tersebut, pengabdian kepada masyarakat ini penting dilakukan sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia di panti sosial tresna werdha. Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok diharapkan mampu menurunkan tingkat depresi, stres, dan kesepian, sekaligus meningkatkan interaksi sosial dan kemandirian psikososial lansia. Dengan demikian, lansia dapat mencapai usia tua yang lebih berkualitas, bermakna, dan berdaya guna bagi diri sendiri, lingkungan panti, serta masyarakat secara luas.

B. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada mata kuliah Ners Stase Keperawatan Gerontik, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. Metode pelaksanaan yang digunakan meliputi metode praktik (intervensi langsung), observasi terstruktur, dan wawancara singkat, dengan pendekatan partisipatif-edukatif. Tim pelaksana terdiri atas dosen dan mahasiswa yang berperan sebagai terapis, fasilitator, leader, dan observer dalam pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) berbasis terapi okupasi melalui kegiatan pembuatan kerajinan tangan.

Mitra pengabdian adalah Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan, sebuah panti sosial lanjut usia yang menampung lansia dengan berbagai permasalahan psikososial. Sebanyak 14 lansia diidentifikasi sebagai peserta potensial, namun pada pelaksanaan kegiatan diikuti oleh 8 lansia (7 laki-laki dan 1 perempuan) yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu bersedia mengikuti kegiatan, berada dalam kondisi fisik yang relatif sehat, kooperatif, tidak

memiliki riwayat skizofrenia, serta mampu berpartisipasi aktif selama kegiatan.

Secara konseptual, metode pelaksanaan dibagi ke dalam tiga tahapan utama, yaitu tahap pra kegiatan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tahap pra kegiatan dilaksanakan pada 6 Maret 2025, dengan metode diskusi tim dan observasi awal. Pada tahap ini dilakukan penyusunan proposal kegiatan, penentuan media terapi (manik-manik, gunting, tali senar elastis dan non-elastis), penyesuaian lokasi kegiatan di pendopo panti (karena ruang kreasi digunakan untuk kegiatan lain), serta pembuatan kontrak terapeutik dengan lansia melalui pendekatan komunikasi interpersonal. Tahap ini bertujuan memastikan kesiapan teknis, kesesuaian peserta, dan ketercapaian tujuan peningkatan kesejahteraan psikososial lansia.

Tahap pelaksanaan kegiatan utama dilakukan pada Jumat, 7 Maret 2025, pukul 10.00-11.00 WIB, menggunakan metode praktik langsung Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) dengan nama kegiatan "Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Terapi Okupasi: Membuat Kerajinan dari Manik-Manik". Rangkaian kegiatan meliputi pembukaan oleh leader, perkenalan, evaluasi perasaan awal, penjelasan kontrak kegiatan, serta praktik pembuatan kerajinan seperti tasbih, gantungan kunci, dan gelang. Aktivitas ini dirancang untuk merangsang interaksi sosial, meningkatkan fokus dan kreativitas, serta memberikan pengalaman bermakna bagi lansia.

Tahap evaluasi dilakukan menggunakan pendekatan evaluasi proses dan evaluasi hasil, yang selaras dengan standar penulisan ilmiah pengabdian masyarakat. Evaluasi proses dilakukan selama kegiatan berlangsung melalui observasi terstruktur oleh observer terhadap aspek keaktifan, kooperatif, antusiasme, dan fokus peserta. Evaluasi hasil dilakukan setelah kegiatan melalui wawancara singkat dan lembar evaluasi, yang menilai kemampuan mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, kerapian hasil kerajinan, serta kemampuan peserta dalam mengungkapkan perasaan setelah mengikuti TAK. Adapun jadwal kegiatan terapi Okupasi seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Kegiatan Terapi Okupasi

Waktu	Materi/Kegiatan	Pemateri/Terapis
10.00-10.10	Pembukaan, perkenalan, dan evaluasi perasaan awal	Leader
10.10-10.20	Penjelasan kontrak kegiatan (tujuan, waktu, tempat)	Leader dan fasilitator
10.20-10.50	Praktik membuat kerajinan dari manik-manik (dibantu fasilitator jika diperlukan)	Tim terapis (fasilitator dan observer)
10.50-11.00	Evaluasi perasaan akhir dan penutupan	Leader

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pra Kegiatan

Tahap pra kegiatan, tim melakukan persiapan komprehensif sesuai dengan proposal yang telah disusun. Aktivitas ini mencakup konsultasi dengan dosen pengampu pada tanggal 6 Maret 2025 untuk membahas proposal kegiatan "Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Terapi Okupasi: Kerajinan Tangan", pemilihan media seperti manik-manik, gunting, tali senar elastis dan non-elastis, serta penentuan tempat di pendopo karena ruang kreasi digunakan untuk tadarus Al-Qur'an. Selain itu, tim membuat kontrak dengan mengunjungi lansia yang memenuhi kriteria (mampu mengikuti dari awal hingga akhir, tanpa keterbatasan fisik, kooperatif) untuk mengonfirmasi partisipasi pada 7 Maret 2025. Persiapan ini bertujuan memastikan kesesuaian dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia melalui aktivitas okupasi. Penyusunan proposal dengan diskusi tim sehingga menyempurnakan rencana, sehingga media yang dipilih terbukti menarik perhatian lansia dan mendukung stimulasi sensomotorik.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Tahap pelaksanaan utama berlangsung pada hari Jumat, 7 Maret 2025, pukul 10.00-11.00 WIB, dengan nama kegiatan "Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Terapi Okupasi: Membuat Kerajinan dari Manik-Manik". Kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh leader, perkenalan diri tim dan peserta, evaluasi perasaan awal, serta penjelasan kontrak (tujuan, waktu, tempat). Kemudian, tim mendemonstrasikan langkah-langkah pembuatan kerajinan sesuai materi proposal, seperti menentukan desain pola warna, memotong benang atau kawat, memasukkan manik-manik, mengikat simpul, dan merapikan hasil. Peserta dibagi menjadi kelompok kecil untuk memfasilitasi interaksi, dengan fasilitator mendampingi langsung. Dari 14 lansia potensial hanya 8 yang ikut aktif (7 Kakek dan 1 Nenek), termasuk 2 peserta luar daftar, dan mereka berhasil membuat berbagai kerajinan seperti tasbih, gantungan kunci, dan gelang, Kegiatan seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Kegiatan Terapi Okupasi pada Lansia

Gambar 1 mengilustrasikan proses pembuatan kerajinan oleh lansia, di mana terlihat peserta fokus meronce manik-manik dengan bantuan fasilitator. Penjelasan lanjutan menunjukkan bahwa aktivitas ini berhasil

merangsang dinamika kelompok, di mana lansia saling bergantung dan melatih perilaku adaptif, sesuai dengan tujuan khusus seperti mengembangkan keterampilan motorik halus dan mengekspresikan emosi negatif melalui kreativitas.

3. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dilakukan selama kegiatan berlangsung melalui observasi langsung oleh observer terhadap perilaku verbal dan non-verbal peserta, seperti kooperatif, antusiasme, fokus, dan interaksi. Hasil observasi menunjukkan semua peserta aktif dari awal hingga akhir, tanpa ada yang merasa bosan, meskipun satu peserta (Kakek 3) sempat istirahat karena pegal tetapi melanjutkan hingga selesai. Evaluasi pasca kegiatan menggunakan wawancara singkat dan tabel evaluasi hasil, yang menilai tiga aspek: mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, mampu membuat kerajinan dengan baik dan rapi, serta mampu mengungkapkan perasaan setelahnya, Hasil seperti terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Evaluasi Hasil terhadap Lansia

No.	Nama Klien	Keterlibatan	Mampu Membuat Kerajinan	Mampu Mengungkapkan Perasaan
1.	Kakek 1	Ya	Ya (Tasbih)	Ya (Senang)
2.	Kakek 2	Ya	Ya (Gantungan)	Ya (Senang, Meskipun Pegal)
3.	Kakek 3	Ya	Ya (Gelang)	Ya (Senang)
4.	Nenek 1	Ya	Ya (Gelang)	Ya (Senang)
5.	Kakek 4	Ya	Ya (Gantungan)	Ya (Senang)
6.	Kakek 5	Ya	Ya (Gantungan)	Ya (Senang)
7.	Kakek 6	Ya	Ya (Gantungan)	Ya (Senang)
8.	Kakek 7	Ya	Ya (Tasbih)	Ya (Senang)

Tabel 2 merangkum hasil evaluasi, di mana 100% peserta berhasil di ketiga aspek, dengan perasaan akhir seperti senang dan bangga atas hasil kerajinan. Dibandingkan evaluasi perasaan awal (umumnya netral atau lelah pasca senam), terdapat peningkatan 100% dalam ekspresi positif, menandakan keberhasilan dalam mengurangi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikososial.

Kendala utama adalah partisipasi rendah, di mana hanya 8 dari 14 lansia potensial yang ikut karena bersamaan dengan kegiatan mengaji, menyebabkan beberapa peserta absen. Selain itu, satu peserta mengalami pegal tangan selama proses, meskipun tidak menghentikan kegiatan. Saran solusi adalah melakukan koordinasi jadwal lebih awal dengan pihak panti untuk menghindari bentrok kegiatan, serta menyediakan istirahat singkat atau modifikasi aktivitas bagi lansia dengan keterbatasan ringan agar lebih inklusif.

4. Pembahasan

Hasil Pengabdian Masyarakat ini menunjukkan bahwa penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) berbasis terapi okupasi melalui aktivitas meronce manik-manik efektif dalam meningkatkan kemandirian fisik serta kesejahteraan psikososial lansia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan. Temuan ini menguatkan konsep bahwa aktivitas bermakna (*meaningful activity*) merupakan inti dari terapi okupasi dalam mendukung fungsi, partisipasi, dan kualitas hidup lansia.

Pada tahap pra-kegiatan, persiapan yang meliputi penyusunan proposal, pemilihan media terapi (manik-manik, gunting, dan tali senar), penentuan lokasi di pendopo, serta kontrak kegiatan dengan lansia berjalan sesuai perencanaan. Meskipun jumlah peserta akhir hanya 8 dari 14 lansia potensial akibat benturan jadwal, proses ini tetap mencerminkan prinsip terapi okupasi yang menekankan person-centered care dan kesiapan klien untuk berpartisipasi secara aktif. Hal ini selaras dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 76 Tahun 2014, yang menyatakan bahwa terapi okupasi merupakan pelayanan kesehatan yang memanfaatkan aktivitas bermakna untuk meningkatkan kemandirian individu serta kemampuan adaptasi terhadap lingkungan (Kementerian Kesehatan, 2019).

Pemilihan aktivitas meronce manik-manik sebagai media intervensi juga tepat secara teoritis dan praktis. Aktivitas ini melibatkan koordinasi mata dan tangan, ketelitian, serta kekuatan motorik halus, yang sangat relevan bagi lansia dalam mempertahankan fungsi fisik sehari-hari. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa latihan motorik halus berbasis kerajinan tangan dapat memperlambat penurunan fungsi fisik dan meningkatkan rasa kompetensi pada lansia (Waal et al., 2022). Dengan demikian, aktivitas ini mendukung tujuan umum pengabdian untuk meningkatkan produktivitas dan kemampuan fungsional lansia.

Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 7 Maret 2025 memperlihatkan dinamika kelompok yang positif. Lansia tidak hanya terlibat dalam proses pembuatan tasbih, gantungan kunci, atau gelang, tetapi juga saling berinteraksi, membantu, dan berbagi pengalaman selama kegiatan berlangsung. Tahapan aktivitas dimulai dari menentukan desain pola warna, memotong benang, memasukkan manik-manik, mengikat simpul, hingga merapikan hasil tidak hanya melatih motorik halus, tetapi juga menjadi sarana ekspresi emosi dan interaksi sosial. Hal ini sejalan dengan tujuan khusus proposal, yaitu menyediakan ruang aman bagi lansia untuk menyalurkan emosi negatif, meningkatkan kerja sama, serta mengekspresikan perasaan secara adaptif.

Temuan ini konsisten dengan studi Adawiyah et al. (2025) yang melaporkan bahwa terapi okupasi melalui meronce manik-manik efektif menurunkan tingkat stres pada lansia wanita di panti werdha. Selain itu, aktivitas kerajinan tangan juga dikategorikan sebagai mindful crafting, yang diketahui mampu menurunkan kecemasan, meningkatkan fokus, dan

memberikan efek relaksasi melalui keterlibatan penuh pada aktivitas saat ini (Bukhave & Frandsen, 2025). Dalam konteks lansia, rasa bangga terhadap hasil karya juga berperan penting dalam meningkatkan harga diri dan makna hidup, yang sering mengalami penurunan pada fase lanjut usia (Aziz et al., 2021).

Hasil monitoring dan evaluasi menunjukkan bahwa seluruh peserta aktif dan kooperatif selama kegiatan berlangsung. Peningkatan hardskill motorik halus tercapai sebesar 100%, ditandai dengan kemampuan menyelesaikan kerajinan secara mandiri dan rapi. Sementara itu, peningkatan softskill psikososial, seperti interaksi sosial dan ekspresi emosi positif, juga tercapai 100%, ditunjukkan oleh perubahan afek dari netral atau lepas menjadi senang dan bangga setelah kegiatan. Hasil ini mendukung pandangan bahwa TAK berfungsi sebagai "laboratorium sosial" yang memungkinkan lansia melatih perilaku adaptif, membangun relasi, dan memperoleh dukungan emosional dari kelompok (Park & Kang, 2023; Merlinda & Jurniarni, 2022). Secara lebih luas, temuan ini memperkuat bukti bahwa TAK dengan aktivitas manual merupakan intervensi non-farmakologis yang efektif dalam menurunkan depresi dan meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia (Sasanti, 2020). Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi WHO yang mendorong penggunaan intervensi berbasis komunitas dan aktivitas bermakna untuk mendukung penuaan sehat (Res, 2017; WHO, 2021)

Beberapa kendala yang ditemukan, seperti rendahnya partisipasi akibat benturan jadwal dan keluhan pegal pada salah satu peserta, menunjukkan pentingnya fleksibilitas dalam perencanaan program. Kendala tersebut dapat diantisipasi melalui koordinasi jadwal yang lebih matang, penyesuaian durasi aktivitas, serta pemberian jeda istirahat singkat selama kegiatan, sebagaimana disarankan dalam praktik terapi okupasi geriatri (Small & Elliott, 2020).

D. SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) berbasis terapi okupasi melalui kegiatan meronce manik-manik di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan menunjukkan hasil yang positif. Berdasarkan evaluasi proses dan hasil, seluruh peserta lansia (100%) mampu mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, menyelesaikan pembuatan kerajinan seperti tasbih, gantungan kunci, dan gelang dengan kerapian yang baik serta bantuan minimal. Selain itu, seluruh peserta menunjukkan peningkatan keterampilan motorik halus dan kemampuan interaksi sosial, yang ditandai dengan keaktifan selama kegiatan dan kemampuan mengekspresikan perasaan positif seperti senang dan bangga setelah kegiatan berlangsung. Temuan ini mengindikasikan bahwa TAK efektif sebagai bentuk stimulasi okupasional untuk meningkatkan fungsi motorik halus dan kesejahteraan psikososial lansia di panti sosial.

Sebagai tindak lanjut, pengabdian serupa dapat dikembangkan melalui pendekatan yang lebih aplikatif, seperti integrasi terapi okupasi dengan teknologi digital untuk menjangkau lansia di komunitas urban. Selain itu, penelitian lanjutan dengan desain longitudinal disarankan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang Terapi Aktivitas Kelompok terhadap fungsi kognitif dan pencegahan demensia, dengan melibatkan kolaborasi lintas institusi kesehatan dan sosial guna memperkuat validitas dan keberlanjutan intervensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada pengelola dan seluruh staf Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan yang telah memberikan izin, fasilitas, serta dukungan penuh selama pelaksanaan kegiatan, sehingga para lansia dapat berpartisipasi dengan nyaman. Tidak lupa, terima kasih kepada seluruh opa dan oma peserta kegiatan yang telah antusias mengikuti terapi okupasi ini, yang menjadi kunci utama keberhasilan pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR RUJUKAN

Adawiyah, S. R., Safitri, A., Hambali, M. J., & Latif, M. S. (2025). Terapi aktivitas kelompok meronce terhadap tingkat stress lansia yang menjalani perawatan di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia. *05*(02), 235–240.

Azis, Y. M., Kuraesin, A., Susanti, S., Eficacy, S., & Diri, H. (2021). Peningkatan self eficacy dan harga diri pada lansia melalui keterampilan ecoprint. *2*(3), 538–543.

Badan Pusat Statistik Indonesia. (2024). *Statistik penduduk lanjut usia 2024*. https://www.bps.go.id/en/publication/2024/12/31/a00d4477490caaf0716b711d/statistik-penduduk-lanjut-usia-2024.html

Bukhave, E. B., & Frandsen, T. F. (2025). The effects of crafts-based interventions on mental health and well-being: A systematic review. *Australian occupational therapy journal, 72(1), e70001.* https://doi.org/10.1111/1440-1630.70001

Choi, Y., Lee, J., & Kim, S. (2018). Effects of group activity programs on depression and social interaction among older adults. *Journal of Gerontological Nursing, 44*(6), 21–29.

Coninck, L. De, Declercq, A., Bouckaert, L., Döpp, C., Graff, M. J. L., & Aertgeerts, B. (2024). Promoting meaningful activities by occupational therapy in elderly care in Belgium: The ProMOTE intervention. *Bmc Geriatrics, 24(1), 275*

Faramarzi, M., Kamar, M. Z., Kheirkhah, F., Karkhah, A., & Bijani, A. (2018). Psychosocial Predictors Of Cognitive Impairment In The Elderly: A Cross-Sectional Study. *Iranian journal of psychiatry, 13(3), 207.*

Firdaus, A., Deraya, R. A., Selviana, S., & Retnaningsih, D. (2025). Terapi aktivitas kelompok melakukan terapi okupasi pada lansia. *Jurnal Implementasi Pengabdian Masyarakat Kesehatan (JIPMK), 7*(2). 59–64.

Herawati, V. D. (2021). Pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap penurunan gejala depresi lansia di panti usia lanjut Ais ' yah Surakarta. *Malahayati Nursing Journal, 15*(3), 405–412.

Merlinda, S., & Jurniarni, L. (2022). Pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap peningkatan interaksi sosial dan fungsi kognitif pada lansia: Penelitian quasi-experiment. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of*

Nursing), 8(3), 35–39.

Park, J.-H., & Kang, S.-W. (2023). Social interaction and life satisfaction among older adults by age group. *Healthcare, 11*(22), 2951. https://doi.org/10.3390/healthcare11222951

Park, S. Y., & Lee, H. J. (2017). Group-based cognitive and social activities and cognitive function in older adults. *Aging & Mental Health, 21*(10), 1057–1064.

Pratama, T. A., & Rajagukguk, S. (2024). Pengaruh terapi aktivitas kelompok (TAK) terhadap tingkat depresi pada lansia: Literatur review. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu, 6*(2), 37–44.

Res, I. J. M. E. D. (2017). That has inbuilt phases of information, research and evidence to enhance the number of IUCD acceptors. The third case documents the efficient use of mass media in Uttar Pradesh. *January*, 150–151. https://doi.org/10.4103/0971-5916.207249

Sasanti, A. (2020). *Pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap tingkat kesepian pada lansia penderita hipertensi di Desa Pengkok Kedawung Sragen* (Skripsi, Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners). Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta.

Small, S., & Elliott, S. J. (2020). Occupational therapy interventions for productive aging among community-dwelling older adults. *The American Journal of Occupational Therapy, 74*(1), 7401390010p1-7401390010p5.

United Nations Population Fund. (2023). *World population ageing 2023*. UNFPA.

Waal, M. W. M. De, Haaksma, M. L., Doornebosch, A. J., Meijs, R., & Achterberg, W. P. (2022). Systematic review of measurement properties of the Canadian Occupational Performance Measure in geriatric rehabilitation. *European Geriatric Medicine, 13*(6), 1281–1298. https://doi.org/10.1007/s41999-022-00692-8

World Health Organization. (2021). *Social isolation and loneliness among older people*. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/343206/9789240030749-eng.pdf