

## Pengaruh *Family Gathering* Terhadap Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Lansia

### *The Effect of Family Gathering on Increasing the Psychological Welfare of the Elderly in the Nursing Homes*

Amin Zakaria<sup>1</sup>, Heny Nurmayunita<sup>2</sup>

1. Institute of Technology, Science and Health RS Dr. Soepraoen Kesdam V/BRW Malang , amin@itsk-soepraoen.ac.id
2. Institute of Technology, Science and Health RS Dr. Soepraoen Kesdam V/BRW Malang , henin.dhila@itsk-soepraoen.ac.id

#### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Kemampuan coping mekanisme yang sangat menurun mengakibatkan lansia mudah mengalami masalah kesejahteraan psikologis. Lansia yang jauh dari keluarga berada di pondok lansia atau panti wreda, sering kali merasa tidak dibutuhkan lagi, tersisih atau terbuang dari keluarga dan ditambah permasalahan penyakit yang tidak kunjung sembuh. Terdapat beberapa cara untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lansia, salah satunya adalah memberikan dukungan sosial dengan kegiatan *family gathering*.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh *family gathering* terhadap kesejahteraan psikologis pada lansia di Pondok Lansia Al-Islah Malang.

**Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimen *one group pre-post test design* pada populasi para lansia di Pondok Lansia Al-Islah Malang berjumlah 23 lansia, pendekatan *total sampling*. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Juni 2022 yaitu waktu sebelum dan sesudah pemberian perlakuan *family gathering*, menggunakan kuesioner *Scale of Psychological Well-Being (SPWB)*. Uji normalitas data menggunakan uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test dan untuk Analisa pengaruh *family gathering* terhadap kesejahteraan psikologis pada lansia menggunakan Uji T Berpasangan (*Paired T-Test*) pada data pre dan pos test dengan bantuan aplikasi SPSS 21.

**Hasil:** Hasil menunjukan bahwa *family gathering* memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis lansia di Pondok Al-Islah dengan nilai signifikansi adalah 0.034. *Family gathering* dapat meningkatkan kualitas kesehatan mental, meningkatkan rasa percaya diri, doa, semangat atau dorongan, nasihat serta sebuah penerimaan, sehingga sesuai dengan harapan lansia.

**Kesimpulan:** Program *family gathering* bisa dijadikan sebagai kegiatan rutin dan menjadi suatu komitmen antara keluarga dengan pihak pengelola sejak awal menitipkan lansianya.

**Kata Kunci:** *Family Gathering; Kesejahteraan Psikologis; Lansia*

#### ABSTRACT

**Background:** The ability of coping mechanisms is greatly decreased resulting in the elderly easily experiencing psychological well-being problems. The elderly who are far from their families are in old age huts or nursing homes, often feel they are not needed anymore, are left out or thrown away from their families and are compounded by problems with illnesses that don't go away. There are several ways to improve the psychological well-being of the elderly, one of which is to provide social support through family gathering activities.

**Purpose:** This study aims to analyze the effect of family gatherings on the psychological well-being of the elderly at Pondok Lansia Al-Islah Malang.

**Methods:** The research design used was a one-group pre-post test design pre-experimental on a population of 23 elderly people at Pondok Lansia Al-Islah Malang, using a total sampling approach. Data collection was carried out in June 2022, namely before and after giving the family gathering treatment, using the Scale of Psychological Well-Being (SPWB) questionnaire. The data normality test used the One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test and to analyze the effect of family gathering on the psychological well-being of the elderly used the Paired T-Test on pre and post-test data with the help of the SPSS 21 application.

**Results:** The results show that family gatherings have an influence on the psychological well-being of the elderly at Pondok Al-Islah with a significance value of 0.034. Family gatherings can improve the quality of mental health, increase self-confidence, prayer, enthusiasm or encouragement, advice and acceptance, so that it meets the expectations of the elderly.

**Conclusion:** The family gathering program can be used as a routine activity and becomes a commitment between the family and the management from the start to entrust their elderly.

**Keyword :** Family Gathering; Psychological Well-Being; Elderly

## LATAR BELAKANG

Lansia dengan proses multidegeneratif beresiko mengalami kesejahteraan psikologis yang rendah yang dimanifestasikan dalam perilaku kecemasan, ketakutan, mudah marah, menarik diri, depresi, menolak tindakan perawatan. Kondisi ini semakin tinggi kejadiannya dialami oleh lansia yang tinggal di Panti Wreda maupun pondok lansia. Kesejahteraan psikologis lansia di Panti Wreda sangat penting untuk dijaga, karena lansia yang tinggal di Panti Wreda sering mengalami rasa kesepian dan terasing dari keluarga dan masyarakat (Kementerian Kesehatan, 2017).

Kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai kondisi dimana seseorang merasa bahagia, terpenuhi, dan mampu menghadapi tantangan dan stres kehidupan sehari-hari secara efektif. Kondisi ini mencakup berbagai aspek psikologis, seperti perasaan positif tentang diri sendiri, hubungan yang positif dengan orang lain, kemampuan mengatasi kesulitan, rasa kontrol atas hidup, serta kemampuan mengekspresikan emosi secara sehat, (Keyes, C. L. M. (2007) dalam Khalidan R. dan Umi A.I., 2021).

Kesejahteraan psikologis dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk kondisi fisik, sosial, dan lingkungan di sekitar individu. Upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti menjaga kesehatan fisik, membangun hubungan sosial yang positif, mengembangkan

keterampilan coping yang sehat, serta mengejar tujuan hidup yang positif dan bermakna, (Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. 2018).

Kesejahteraan psikologis lansia sangat penting untuk memastikan bahwa mereka merasa bahagia dan terpenuhi dalam kehidupan mereka. Berikut adalah beberapa tips untuk membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia: 1) Pertahankan hubungan sosial yang sehat: Lansia perlu tetap terhubung dengan keluarga, teman, dan komunitas mereka. Ini bisa dilakukan dengan menghadiri acara sosial, bergabung dengan klub atau organisasi, atau mengikuti kursus atau aktivitas lain yang menarik bagi mereka. 2) Perhatikan kesehatan fisik: Merawat kesehatan fisik juga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Lansia perlu mengikuti pola makan sehat, berolahraga secara teratur, dan memeriksakan kesehatan secara rutin. 3) Jangan abaikan kebutuhan emosional: Lansia seringkali mengalami perubahan emosional, seperti kecemasan, kesepian, atau depresi. Jangan abaikan perasaan tersebut dan cobalah untuk mencari bantuan jika diperlukan. 4). Temukan tujuan hidup yang baru: Lansia dapat menemukan tujuan baru dalam kehidupan mereka, seperti melakukan hobi baru, mengambil kursus atau sertifikasi, atau melakukan pekerjaan sukarela. 5) Pertahankan kebebasan dan kemandirian: Lansia juga perlu merasa memiliki kontrol atas hidup mereka. Pertahankan kebebasan dan kemandirian sebanyak mungkin, selama tidak mengancam keselamatan mereka sendiri atau orang lain. 6) Jangan abaikan kehidupan spiritual: Lansia juga dapat menemukan kedamaian dan kenyamanan dalam kehidupan spiritual. Hal ini dapat dilakukan dengan mengikuti praktik agama atau kepercayaan tertentu, meditasi, atau aktivitas spiritual lainnya. 7). Cari bantuan jika diperlukan: Jangan ragu untuk mencari bantuan jika Anda atau orang yang Anda cintai mengalami kesulitan emosional atau psikologis. Ada banyak sumber daya dan profesional yang dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia, (World Health Organization. (2017).

*Family gathering* dapat memberikan kesempatan bagi lansia dan keluarganya untuk bertemu dan menghabiskan waktu bersama-sama. Hal ini dapat meningkatkan keterlibatan sosial, meningkatkan kesehatan fisik dan mental, serta meningkatkan kepuasan hidup lansia, (Hidayat, A., & Kurnia, Y. 2018). Kegiatan *family gathering* di Panti Wreda dapat menjadi ajang untuk membahas isu-isu kesehatan dan perawatan lansia, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran

keluarga tentang kebutuhan lansia. *Family gathering* juga dapat memberikan kesempatan bagi lansia untuk bertemu dengan keluarga yang mungkin jarang berkunjung, sehingga dapat meningkatkan perasaan bahagia dan kepuasan hidup (Kristina, T. N., & Setyorini, M. 2017). Dalam pandemi COVID-19, lansia di Panti Wreda menjadi salah satu kelompok yang rentan terhadap infeksi. Kegiatan *family gathering* di Panti Wreda dapat dilakukan dengan protokol kesehatan yang ketat, sehingga tetap memperhatikan keselamatan dan kesehatan lansia. Dengan mengadakan kegiatan *family gathering*, diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia di Panti Wreda, meningkatkan keterlibatan sosial, dan meningkatkan hubungan antara lansia dan keluarganya.

*Family gathering* adalah kegiatan berkumpulnya anggota keluarga secara bersama-sama untuk menghabiskan waktu bersama dan memperkuat hubungan antar anggota keluarga. Kegiatan ini biasanya dilakukan pada hari libur atau acara tertentu seperti ulang tahun atau perayaan keluarga. *Family gathering* dapat dilakukan di rumah, tempat wisata, atau tempat lain yang dapat menampung seluruh anggota keluarga (Kristina, T. N., & Setyorini, M. 2017).

*Family gathering* dapat memberikan manfaat positif bagi anggota keluarga, terutama bagi lansia yang mungkin tinggal di Panti Wreda atau merasa kesepian. Kegiatan ini dapat meningkatkan keterlibatan sosial, meningkatkan kesehatan fisik dan mental, serta meningkatkan kepuasan hidup lansia, (Hidayat, A., & Kurnia, Y. 2018). Selain itu, *family gathering* juga dapat menjadi ajang untuk membahas isu-isu kesehatan dan perawatan lansia, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran keluarga tentang kebutuhan lansia, (Bianchi, at. all. (2012).

*Family gathering* juga dapat dilakukan di Panti Wreda atau tempat perawatan lansia lainnya sebagai upaya untuk memperkuat hubungan antara lansia dan keluarganya. Kegiatan *Family gathering* dapat mencakup berbagai aktivitas seperti makan bersama, bermain game, bernyanyi bersama, atau bahkan berbicara tentang pengalaman hidup dan kenangan bersama. *Family gathering* di Panti Wreda juga dapat memberikan kesempatan bagi lansia untuk bertemu dengan keluarga yang mungkin jarang berkunjung, sehingga dapat meningkatkan perasaan bahagia dan kepuasan hidup, (Ruzanna, Z. A., & Hidayah, N. A. (2020).

*Family gathering* atau pertemuan keluarga dapat menjadi salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia yang tinggal di Panti

Wreda, Berikut adalah beberapa hal yang dapat dilakukan dalam *family gathering* tersebut, yaitu: 1) Mengundang anggota keluarga lansia untuk berkunjung ke Panti Wreda dan menghabiskan waktu bersama-sama. Hal ini dapat membantu lansia merasa lebih terhubung dengan keluarga dan merasa dihargai. 2) Menyediakan kegiatan yang menyenangkan dan bermanfaat, seperti bermain game, bernyanyi bersama, dan mengadakan seminar atau diskusi tentang kesehatan lansia. Kegiatan-kegiatan ini dapat membantu mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan keterlibatan sosial lansia. 3) Menyediakan makanan yang sehat dan lezat. Pada usia lanjut, nutrisi yang baik sangat penting untuk menjaga kesehatan fisik dan mental lansia. 4) Menciptakan suasana yang hangat dan nyaman. Hal ini dapat membantu lansia merasa lebih tenang dan rileks, sehingga dapat mengurangi stres dan kecemasan. 5) Memberikan kesempatan kepada keluarga untuk berbicara secara individu dengan lansia. Hal ini dapat membantu lansia merasa dihargai dan dipahami oleh keluarga, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka, (Rohana, A. B., & Zaiton, H. (2019).

Variabel *Family Gathering* untuk mempengaruhi variabel kesejahteraan psikologis lansia ada variable intervening yaitu: 1) Keterlibatan Sosial: Melalui *family gathering*, lansia dapat berinteraksi dengan anggota keluarga dan merasa terhubung dengan lingkungan sosialnya. Keterlibatan sosial yang baik dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia, 2) Nutrisi: *Family gathering* juga dapat menyediakan makanan yang sehat dan bergizi. Nutrisi yang baik dapat meningkatkan kesehatan fisik dan mental lansia, 3) Aktivitas yang Menyenangkan: Kegiatan yang menyenangkan seperti bermain game, bernyanyi bersama, dan diskusi kesehatan lansia dapat meningkatkan kebahagiaan dan kepuasan hidup lansia.

Dalam melaksanakan *family gathering*, perlu dipastikan bahwa seluruh anggota keluarga dan lansia dapat berpartisipasi dengan nyaman dan aman. Pihak Panti Wreda juga perlu terlibat dalam perencanaan dan pelaksanaan kegiatan ini untuk memastikan keamanan dan kesejahteraan lansia di Panti Wreda.

## METODE

Penelitian pra eksperimen *one group pre-post test design* dengan populasi 23 lansia di Pondok Lansia Al-Islah Malang, dengan menggunakan pendekatan total sampling. Kriteria inklusi responen adalah lansia yang dikunjungi oleh keluarganya,

suasana berbicara santai kurang lebih 2 jam, dibawakan oleh-oleh atau makanan sesuai dengan pesanan lansia dan keluarga memberikan informasi tentang perawatan kesehatan yang dibutuhkan dan dilakukan di Pondok Lansia Al-Islah. Sedangkan, kriteria eksklusi adalah keluarga yang tidak mengikuti *family gathering* dan lansia yang sakit. Sebelum keluarga memberikan informasi diberikan tindakan yaitu keluarga dihadirkan dalam satu forum kemudian diberikan sosialisasi tentang kebijakan yayasan, status kesehatan lansia, permasalahan, dan upaya yang sudah dilakukan oleh yayasan. Instrument kuesioner *Scale of Psychological Well-Being (SPWB)* disusun Ryff (1989) dengan 42 butir pernyataan dengan menggunakan skala likert. Waktu pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 27 Maret – 3 April 2022. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah dikunjungi keluarga. Uji normalitas data menggunakan One-Sample *Kolmogorov-Smirnov Test*, sedangkan uji pengaruh menggunakan Uji T Berpasangan (*Paired T Test*) terhadap data *pretest* dan *post-test*. Penyajian hasil ada pengaruh dan tidak ada pengaruh antara *family gathering* terhadap kesejahteraan psikologis lansia dipondok lansia A-Islah Malang.

## HASIL

**Tabel 1.** Data Kesejahteraan Psikologis Lansia Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan

| No. | Kriteria    | Score 1 | Score 2 | Selisih Score |
|-----|-------------|---------|---------|---------------|
| 1.  | Frekwensi   | 23      | 23      | 0             |
| 2.  | Total Score | 2675    | 2862    | + 187         |
| 3.  | Evarage     | 116.3   | 124.4   | + 8.1         |
| 4.  | Score Min   | 79      | 79      | 0             |
| 5   | Score Max   | 180     | 161     | -19           |
| 6.  | Std         | 27.2    | 16.1    | -11.1         |
| 7.  | Median      | 113     | 128.5   | +15.5         |
| 8.  | Modus       | 130     | 132     | +2            |

Gambaran karakteristik responden pada penelitian ini didapatkan: seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan, sebagian besar 79 % responden kategori very old berusia antara 75-90 tahun, sebagian besar responden berpendidikan akhir adalah SD sebesar 62%, hampir seluruh responden dengan riwayat pekerjaan sebagai IRT 85%, hampir seluruh responden dengan lama tinggal 1-3 tahun 99%, hampir seluruh responden berstatus janda dengan jumlah 18 orang atau 78%, hampir seluruh 76% responden dibawa keluarga pada saat masuk Pondok.

Tabel 2. Pengaruh Pemberian *Family Gathering* Terhadap Kesejahteraan Psikologis Lansia

| Paired Samples Test |                  |   |        |    |      |  |
|---------------------|------------------|---|--------|----|------|--|
|                     |                  | Paired Differences                        |        |    |      |  |
|                     |                  | 95% Confidence Interval of the Difference |        |    |      |  |
|                     |                  | Upper                                     |        |    |      |  |
| Pair 1              | Pre_KP - Post_KP | -.85925                                   | -2.267 | 22 | .034 |  |

Terjadi perubahan yang positif kesejahteraan psikologis lansia antara sebelum dan sesudah diberikan *family gathering* pada nilai score total 2675-2862 peningkatan +187, rata – rata 116,3-124,4 kenaikan +8,1, median 113-128,5 kenaikan +15,5, dan modus 130-132. Pengujian hipotesa nilai signifikansi adalah 0.034 yang mana kurang dari 0.05. Oleh karena itu pengambilan keputusan untuk pengujian ini adalah *family gathering* memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis lansia.

## PEMBAHASAN

Pemberian *family gathering* memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis lansia di Pondok Al-Islah dengan nilai signifikansi adalah 0.034 yang mana kurang dari 0.05. *Family gathering* berperan sebagai variabel independen yang mempengaruhi variabel intervening seperti keterlibatan sosial, nutrisi, dan aktivitas yang menyenangkan. Variabel intervening ini kemudian mempengaruhi variabel dependent yaitu kesejahteraan psikologis lansia. Dengan demikian, *family gathering* diharapkan dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia yang tinggal di panti wredha, Ruzanna, Z. A., & Hidayah, N. A. (2020).

*Psychological Well-Being* atau yang disebut kesejahteraan psikologis sebagai suatu keadaan *wellnes* yang merupakan manifestasi kesehatan mental. Menurut Jahoda kesehatan mental terdiri dari tiga kriteria yakni tidak adanya penyakit mental, normalitas, dan keadaan *psychological well-being* atau sejahtera secara psikologis. kesejahteraan psikologis adalah kebaikan, keharmonisan, menjalin hubungan baik dengan orang lain baik antar lansia maupun dalam kelompok. Kesejahteraan psikologis lansia di Panti Wreda sangat penting untuk dijaga, karena lansia yang tinggal di Panti Wreda sering mengalami rasa kesepian dan terasing dari keluarga

dan masyarakat, (Kementerian Kesehatan, 2017). *Family gathering* dapat memberikan kesempatan bagi lansia dan keluarganya untuk bertemu dan menghabiskan waktu bersama-sama. Hal ini dapat meningkatkan keterlibatan sosial, meningkatkan kesehatan fisik dan mental, serta meningkatkan kepuasan hidup lansia, (Hidayat, A., & Kurnia, Y. 2018). Kegiatan *family gathering* di Panti Wreda dapat menjadi ajang untuk membahas isu-isu kesehatan dan perawatan lansia, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran keluarga tentang kebutuhan lansia. *Family gathering* juga dapat memberikan kesempatan bagi lansia untuk bertemu dengan keluarga yang mungkin jarang berkunjung, sehingga dapat meningkatkan perasaan bahagia dan kepuasan hidup, (Kristina, T. N., & Setyorini, M. (2017). Dalam pandemi COVID-19, lansia di Panti Wreda menjadi salah satu kelompok yang rentan terhadap infeksi. Kegiatan *family gathering* di Panti Wreda dapat dilakukan dengan protokol kesehatan yang ketat, sehingga tetap memperhatikan keselamatan dan kesehatan lansia. Dengan mengadakan kegiatan *family gathering*, diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia di Panti Wreda, meningkatkan keterlibatan sosial, dan meningkatkan hubungan antara lansia dan keluarganya.

*Family gathering* adalah kegiatan berkumpulnya anggota keluarga secara bersama-sama untuk menghabiskan waktu bersama dan memperkuat hubungan antaranggota keluarga. Kegiatan ini biasanya dilakukan pada hari libur atau acara tertentu seperti ulang tahun atau perayaan keluarga. *Family gathering* dapat dilakukan di rumah, tempat wisata, atau tempat lain yang dapat menampung seluruh anggota keluarga. *Family gathering* dapat memberikan manfaat positif bagi anggota keluarga, terutama bagi lansia yang mungkin tinggal di Panti Wreda atau merasa kesepian. Kegiatan ini dapat meningkatkan keterlibatan sosial, meningkatkan kesehatan fisik dan mental, serta meningkatkan kepuasan hidup lansia. Selain itu, *family gathering* juga dapat menjadi ajang untuk membahas isu-isu kesehatan dan perawatan lansia, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran keluarga tentang kebutuhan lansia, (Bianchi, S. M., Sayer, L. C., Milkie, M. A., & Robinson, J. P. (2012).

*Family gathering* juga dapat dilakukan di Panti Wreda atau tempat perawatan lansia lainnya sebagai upaya untuk memperkuat hubungan antara lansia dan keluarganya. Dalam hal ini, kegiatan dapat mencakup berbagai aktivitas seperti makan bersama, bermain game, bernyanyi bersama, atau bahkan berbicara tentang pengalaman hidup dan kenangan bersama. *Family gathering* di Panti Wreda juga dapat memberikan kesempatan bagi lansia untuk bertemu dengan keluarga yang mungkin jarang berkunjung, sehingga dapat

meningkatkan perasaan bahagia dan kepuasan hidup. *Family gathering* atau pertemuan keluarga dapat menjadi salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia yang tinggal di Panti Wreda. Berikut adalah beberapa hal yang dapat dilakukan dalam *family gathering* tersebut, yaitu: 1) Mengundang anggota keluarga lansia untuk berkunjung ke Panti Wreda dan menghabiskan waktu bersama-sama. Hal ini dapat membantu lansia merasa lebih terhubung dengan keluarga dan merasa dihargai. 2) Menyediakan kegiatan yang menyenangkan dan bermanfaat, seperti bermain game, bernyanyi bersama, dan mengadakan seminar atau diskusi tentang kesehatan lansia. Kegiatan-kegiatan ini dapat membantu mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan keterlibatan sosial lansia. 3) Menyediakan makanan yang sehat dan lezat. Pada usia lanjut, nutrisi yang baik sangat penting untuk menjaga kesehatan fisik dan mental lansia. 4) Menciptakan suasana yang hangat dan nyaman. Hal ini dapat membantu lansia merasa lebih tenang dan rileks, sehingga dapat mengurangi stres dan kecemasan. 5) Memberikan kesempatan kepada keluarga untuk berbicara secara individu dengan lansia. Hal ini dapat membantu lansia merasa dihargai dan dipahami oleh keluarga, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka, (Rohana, A. B., & Zaiton, H. (2019).

Dalam melaksanakan *family gathering*, perlu dipastikan bahwa seluruh anggota keluarga dan lansia dapat berpartisipasi dengan nyaman dan aman. Pihak Panti Wreda juga perlu terlibat dalam perencanaan dan pelaksanaan kegiatan ini untuk memastikan keamanan dan kesejahteraan lansia di panti wredha.

## KESIMPULAN

*Family gathering* memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis lansia di Pondok Al-Islah dengan nilai signifikansi adalah 0.034 yang mana kurang dari 0.05. Pemberian dukungan kepada lansia dapat meningkatkan kualitas kesehatan mental, meningkatkan rasa percaya diri, doa, semangat atau dorongan, nasihat serta sebuah penerimaan, sehingga sesuai dengan harapan lansia. Saran program *family gathering* bisa dijadikan sebagai kegiatan yang rutin dan menjadi suatu komitmen antara keluarga dengan pihak pengelola sejak awal menitipkan lansianya.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkah, nikmat dan pertolongan Nya sehingga manuscript artikel jurnal

penelitian ini dapat diselesaikan. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya, juga kami sampaikan kepada:

1. Kepada Rektor dan Ketua LPPM Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Kesdam V/Brw. Malang
2. Kepada Dekan Fakultas Sain, Teknologi, dan Kesehatan dan Ketua Program Studi D3 Keperawatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Kesdam V/Brw. Malang
3. Ketua Yayasan dan Pengelola Pondok Lansia Al Islah Malang
4. Ketua, mitra bestari, dewan dan tim redaksi Penerbit Jurnal Keperawatan Malang Stikes Panti Waluyo Malang yang telah berkenan memuat publikasi artikel penelitian saya.
5. Serta semua pihak yang ikut berkontribusi pada penelitian ini yang tidak sempat saya sebutkan satu persatu Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa membala semuanya kebaikan yang telah diberikan yang telah diberikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardianti R. (2018). Family Gathering Program: Suatu Upaya Meningkatkan Kualitas Kehidupan Lansia di Panti Wredha. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 6(1), 16-25.
- Bianchi, S. M., Sayer, L. C., Milkie, M. A., & Robinson, J. P. (2012). Housework: Who did, does or will do it, and how much does it matter?. *Social forces*, 91(1), 55-63.
- Chen, Y., & Zhang, X. (2021). A family visiting program for institutionalized older adults: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1), 135.
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260, <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Hidayat, A., & Kurnia, Y. (2018). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di panti wredha. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(2), 47-54
- Jeste, D. V., & Palmer, B. W. (2018). Aging and Mental Health. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 26(3), 237–238., <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2018.01.004>
- Kementerian Kesehatan. (2017). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan
- Kristina, T. N., & Setyorini, M. (2017). Analisis pengaruh family gathering terhadap kualitas hidup lansia di panti wredha. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 1-10.
- Lee, Y., Lee, J., Lee, Y., Lee, K., & Park, K. (2018). The effects of a family gathering program on the loneliness and depression of elderly individuals in a long-term care facility. *International Journal of Nursing Practice*, 24(4), e12635.

- Liu, L., & Pang, Y. (2020). Effects of a family gathering program on the well-being of elderly residents in nursing homes: A randomized controlled trial. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 27(4), 447-454.
- National Institute of Mental Health. (2021). Older Adults and Mental Health, <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/older-adults-and-mental>
- Khalidan R. dan Umi A.I., 2021, Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Subjektif Lansia di Panti Jompo Anissa Ummul Khairat, *Jurnal KOPASTA*, 4 (2), (2017) 82 – 92
- Rohana, A. B., & Zaiton, H. (2019). Family involvement in the well-being of elderly residents in a nursing home. *Malaysian Journal of Nursing*, 11(2), 15-23.
- Ruzanna, Z. A., & Hidayah, N. A. (2020). Family gathering program and elderly well-being: A systematic review. *Malaysian Journal of Medical Sciences*, 27(2), 41-53.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. [https://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/e/](https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/e/)
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In *Flow and the foundations of positive psychology* (pp. 279–298). Springer., [https://doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8\\_18](https://doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8_18)
- World Health Organization. (2014). Mental Health: A State of Well-being, <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- World Health Organization. (2015). World report on ageing and health. Geneva: World Health Organization
- World Health Organization. (2017). Mental Health of Older Adults, Mental health of older adults (who.int)