

PENDAMPINGAN PSIKOSOSIAL LANSIA MELALUI KEGIATAN BIMBINGAN SOSIAL DI RUMAH PELAYANAN SOSIAL SUDAGARAN BANYUMAS

¹Sofiyatun Nazifah, ²Muridan

^{1,2}UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, Indonesia
234110101041@mhs.uinsaizu.ac.id

Abstract: *The increasing number of older adults has led to various psychosocial challenges that require continuous support, particularly for elderly individuals living in social care institutions. This study aims to describe the implementation of psychosocial support for older adults through social guidance activities at the Sudagaran Banyumas Social Service Home. A descriptive qualitative approach was employed, with data collected through in-depth interviews and observations. The research participants consisted of two elderly residents and one social worker directly involved in the implementation of social guidance activities. The findings indicate that regularly and systematically conducted social guidance activities have a positive impact on the psychosocial well-being of older adults. These activities assist the elderly in managing emotional distress, reducing feelings of loneliness, enhancing social interaction, and fostering a sense of comfort and meaningfulness during their stay at the institution. Religious, educational, and social activities encourage older adults to develop adaptive coping mechanisms in response to age-related changes. Furthermore, the role of social workers as companions and dormitory supervisors plays a significant role in monitoring the elderly's condition, addressing psychosocial issues, and adjusting guidance methods to meet individual needs. Therefore, psychosocial support through social guidance activities can be considered an effective strategy for improving the psychosocial well-being of older adults in social care institutions.*

Keywords: *Psychosocial Support, Social Guidance, Older Adults, Social Care Institution*

Abstrak: Peningkatan jumlah lansia menimbulkan berbagai persoalan psikososial yang memerlukan pendampingan secara berkelanjutan, khususnya bagi lansia yang tinggal di panti sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan pendampingan psikososial lansia melalui kegiatan bimbingan sosial di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam dan observasi. Subjek penelitian terdiri atas dua lansia penghuni panti dan satu pekerja sosial yang terlibat langsung dalam pelaksanaan bimbingan sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan bimbingan sosial yang dilaksanakan secara rutin dan terstruktur memberikan dampak positif terhadap kondisi psikososial lansia. Bimbingan sosial membantu lansia dalam mengelola emosi, mengurangi rasa kesepian, meningkatkan interaksi sosial, serta menumbuhkan rasa nyaman dan bermakna selama tinggal di panti. Aktivitas yang bersifat religius, edukatif, dan sosial mendorong lansia untuk mengembangkan mekanisme koping yang adaptif dalam menghadapi perubahan di usia lanjut. Selain itu, peran pekerja sosial sebagai pendamping dan wali asrama berkontribusi penting dalam pemantauan kondisi lansia, penanganan permasalahan psikososial, serta penyesuaian metode bimbingan sosial sesuai dengan kebutuhan lansia. Dengan demikian, pendampingan psikososial melalui kegiatan bimbingan sosial dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia di lingkungan panti sosial.

Kata kunci: Pendampingan Psikososial, Bimbingan Sosial, Lansia, Panti Sosial.

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia merupakan fenomena demografis yang membawa berbagai konsekuensi di berbagai aspek kehidupan, terutama pada ranah sosial, psikologis, dan kesehatan, sehingga membutuhkan perhatian serta penanganan yang komprehensif dan berkelanjutan (Omay Rohmana, S. Kep, Ners and Ati Siti Rochayati, SKM 2025). Seiring dengan bertambahnya usia, lansia tidak hanya mengalami penurunan fungsi fisik dan biologis, tetapi juga dihadapkan pada perubahan psikologis dan dinamika kehidupan sosial yang semakin kompleks. Kondisi kesehatan yang menurun, keterbatasan mobilitas, serta meningkatnya ketergantungan pada orang lain kerap memengaruhi tingkat kemandirian dan rasa percaya diri lansia dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Selain perubahan fisik, lansia juga berisiko mengalami perasaan kehilangan yang mendalam akibat perubahan signifikan dalam peran sosialnya. Peristiwa seperti masa pensiun, berkurangnya keterlibatan dalam aktivitas sosial, hingga kehilangan pasangan hidup atau anggota keluarga terdekat dapat menimbulkan dampak emosional yang besar. Kondisi tersebut menjadi semakin berat apabila lansia juga menghadapi keterbatasan ekonomi serta melemahnya jaringan dukungan sosial, khususnya bagi mereka yang tinggal di panti sosial atau lembaga pelayanan sosial. Minimnya dukungan dari lingkungan sekitar dapat memperbesar risiko isolasi sosial dan memperpanjang perasaan kesepian yang dialami oleh lansia. Rasa kesepian yang berlangsung

dalam jangka waktu lama dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup lansia serta menyulitkan mereka dalam menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada tahap akhir kehidupan. Akumulasi berbagai perubahan tersebut berpotensi memunculkan permasalahan psikososial yang serius, seperti kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, perasaan tidak berdaya, serta hilangnya makna hidup. Apabila kondisi psikososial ini tidak ditangani secara tepat, maka dapat berpengaruh buruk terhadap kesehatan mental, kesejahteraan emosional, dan kualitas hidup lansia secara menyeluruh.

Oleh karena itu, diperlukan upaya pendampingan psikososial yang dirancang secara sistematis dan dilakukan secara berkelanjutan dengan pendekatan sosial yang lebih humanis. Salah satu bentuk intervensi yang dapat dilakukan adalah melalui kegiatan bimbingan sosial, yang bertujuan membantu lansia mengelola emosi, memperkuat relasi sosial, serta meningkatkan kemampuan adaptasi dalam menghadapi perubahan kehidupan di masa tua. Melalui pendampingan yang tepat, diharapkan lansia dapat mencapai kondisi psikologis yang lebih stabil, adaptif, dan tetap merasakan kebermaknaan hidup dalam menjalani masa lanjut usia.

Rumah Pelayanan Sosial sebagai salah satu lembaga kesejahteraan sosial memegang peranan strategis dalam menyediakan layanan yang komprehensif bagi lanjut usia (Firdausi and Ananda 2025). Pelayanan yang diberikan tidak hanya terbatas pada pemenuhan kebutuhan dasar, seperti sandang, pangan, dan layanan kesehatan,

tetapi juga mencakup aspek psikologis dan sosial yang sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia. Pendekatan pelayanan yang holistik menjadi penting mengingat permasalahan yang dialami lansia bersifat saling berkaitan antara kondisi fisik, kesehatan mental, dan lingkungan sosial tempat mereka tinggal. Salah satu bentuk layanan yang dinilai relevan dalam menjawab kebutuhan tersebut adalah dukungan psikososial yang diwujudkan melalui kegiatan bimbingan sosial. Dukungan psikososial bertujuan membantu lansia dalam menghadapi tekanan emosional, menyesuaikan diri terhadap perubahan peran sosial, serta memperkuat kemampuan adaptasi dalam menjalani kehidupan pada masa lanjut usia (Diswan et al., 2025).

Melalui kegiatan bimbingan sosial, lansia memperoleh ruang yang aman dan nyaman untuk mengekspresikan perasaan, berbagi pengalaman hidup, serta mendapatkan dukungan emosional dan sosial baik dari pendamping maupun sesama penghuni panti. bimbingan sosial berfungsi sebagai sarana untuk memperkuat kesehatan mental dan emosional lansia, membangun relasi sosial yang positif, serta menumbuhkan kembali makna hidup pada masa tua (Tristanto 2020). Kegiatan ini membantu lansia merasakan penerimaan, penghargaan, dan keberadaan peran dalam komunitas panti. Interaksi sosial yang terjalin melalui bimbingan sosial terbukti mampu menurunkan tingkat kesepian, meningkatkan rasa percaya diri, serta mendorong sikap saling peduli antar lansia. Dengan demikian,

bimbingan sosial berkontribusi dalam membantu lansia menjalani masa tua secara lebih tenang, bermakna, dan bermartabat.

Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas merupakan salah satu lembaga yang secara aktif menyelenggarakan layanan sosial bagi lansia melalui pelaksanaan program bimbingan social (Dr. Asyabudin, Imam Alfi, S.Sos.I., and Ageng Widodo 2020). Kegiatan bimbingan sosial di lembaga ini dilaksanakan secara terencana dan berkelanjutan, dengan berbagai bentuk aktivitas seperti diskusi ringan, konsultasi sederhana, pembinaan mental, serta kegiatan sosial yang mendorong interaksi dan kebersamaan antar lansia. Program tersebut dirancang untuk menciptakan lingkungan sosial yang suportif dan kondusif bagi perkembangan psikososial lansia selama tinggal di panti. Meskipun program bimbingan sosial telah dilaksanakan secara rutin, efektivitas dukungan psikososial yang diberikan melalui kegiatan tersebut masih memerlukan kajian yang lebih mendalam. Penelitian ini menjadi penting untuk mengetahui sejauh mana bimbingan sosial berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia, khususnya pada aspek kesejahteraan emosional, hubungan sosial, serta kemampuan adaptasi lansia dalam menjalani kehidupan sehari-hari di panti. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai peran dukungan psikososial melalui bimbingan sosial di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas sebagai salah satu upaya peningkatan kualitas hidup lansia. Berdasarkan uraian latar

belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk dukungan psikososial yang diberikan melalui kegiatan bimbingan sosial, jenis-jenis aktivitas yang dilaksanakan, serta dampaknya terhadap kondisi psikososial lansia yang tinggal di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai pelaksanaan pendampingan psikososial bagi lansia melalui kegiatan bimbingan sosial di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas (Mouwn Erland 2020). Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian dilakukan dalam kondisi alami, di mana peneliti terlibat secara langsung dalam konteks penelitian guna memahami fenomena yang terjadi secara menyeluruh. Metode ini memungkinkan peneliti menggali pengalaman subjektif lansia, pola interaksi sosial, serta dinamika psikososial yang muncul dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan panti sosial (Haki, Prahastiwi, and Hasibuan 2024).

Pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi dan wawancara mendalam (Sari, Aprisilia, and Fitriani 2025). Observasi dilaksanakan secara partisipatif dengan mengamati langsung pelaksanaan kegiatan bimbingan sosial, bentuk interaksi antara lansia, pendamping, dan pekerja sosial, serta respons emosional dan sosial lansia selama mengikuti kegiatan tersebut. Melalui observasi partisipatif, peneliti dapat menangkap berbagai aspek

nonverbal, suasana kegiatan, serta dinamika kelompok yang tidak selalu terungkap melalui data wawancara. Selain observasi, wawancara mendalam dilakukan secara terbuka dan fleksibel terhadap satu orang pekerja sosial dan dua lansia penghuni panti. Wawancara ini bertujuan untuk menggali pengalaman, pemaknaan, serta persepsi informan terkait pendampingan psikososial yang diberikan melalui kegiatan bimbingan sosial. Pendekatan wawancara yang terbuka memungkinkan informan menyampaikan pandangan dan pengalaman secara bebas sesuai dengan kondisi yang mereka alami.

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan cara menelaah hasil observasi dan transkrip wawancara secara berulang untuk menemukan tema-tema utama yang merepresentasikan proses serta dampak pendampingan psikososial. Proses analisis dilakukan secara sistematis sejak tahap pengumpulan data, sehingga peneliti dapat melakukan pendalaman dan klarifikasi terhadap informasi yang dianggap relevan dengan fokus penelitian (Agustina and Mardalis 2024). Keabsahan data dijaga melalui teknik triangulasi sumber, yaitu dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai informan, sehingga temuan penelitian mencerminkan kondisi empiris dan pengalaman nyata yang terjadi di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas.

HASIL

Berdasarkan wawancara mendalam yang dilakukan terhadap dua orang lansia dan satu pekerja sosial di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas, diperoleh temuan bahwa kegiatan bimbingan sosial dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan, serta menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari lansia di panti. Kegiatan ini dirasakan tidak hanya sebagai aktivitas pengisi waktu, tetapi juga sebagai sarana yang membantu lansia dalam menghadapi berbagai kondisi emosional dan sosial selama tinggal di panti.

Informan pertama merupakan lansia yang telah menetap di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas sejak tahun 2018 dan secara aktif mengikuti kegiatan bimbingan sosial. Informan menyampaikan bahwa keikutsertaannya dalam bimbingan sosial memberikan dampak positif terhadap kondisi psikososialnya. Ketika mengalami perasaan sedih, murung, atau cemas, informan memilih untuk melakukan aktivitas yang dianggap menyenangkan dan bermakna, seperti membaca Al-Qur'an beserta artinya serta membuat kerajinan tangan berupa keset. Informan mengungkapkan, *"Kalau saya lagi sedih atau kepikiran, biasanya saya baca Al-Qur'an sama artinya, terus kadang bikin keset. Jadi pikiran lebih tenang."* Selain itu, informan masih mengingat beberapa tema bimbingan sosial yang sering disampaikan, khususnya yang berkaitan dengan kebersihan dan kerukunan antar sesama lansia. Kegiatan bimbingan sosial yang dilaksanakan setiap hari Senin setelah senam

pagi dengan tema yang bervariasi dirasakan informan sebagai kegiatan yang menyenangkan, tidak membosankan, serta memberikan kesempatan untuk bertanya dan berinteraksi dengan pengasuh maupun lansia lainnya.

Informan kedua adalah lansia yang telah tinggal di panti sejak tahun 2020 dan aktif mengikuti berbagai kegiatan, termasuk bimbingan sosial. Informan menyampaikan bahwa keterlibatan dalam bimbingan sosial membantu mengurangi rasa kesepian yang biasanya muncul ketika ia tidak memiliki aktivitas. Informan menyatakan, *"Kalau saya nggak ikut kegiatan, sendirian itu suka bengong, kepikiran macam-macam. Tapi kalau ada bimbingan atau kegiatan bareng, rasanya lebih enak."* Informan juga mengungkapkan bahwa berkumpul bersama lansia lain di aula membuatnya merasa lebih nyaman dan tidak merasa sendiri. Kehadiran mahasiswa praktik kerja lapangan turut menciptakan suasana yang lebih hidup dan menyenangkan dalam kegiatan bimbingan sosial. Meskipun informan mengaku tidak selalu mengingat tema yang dibahas, ia tetap merasakan manfaat emosional dari kegiatan tersebut, seperti rasa senang, kebersamaan, dan diingatkan pada hal-hal positif.

Informan ketiga merupakan pekerja sosial yang bertugas di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas. Informan menjelaskan bahwa bimbingan sosial merupakan bagian dari tugas profesional dalam mendampingi lansia. Ia menyampaikan bahwa kegiatan tersebut berfungsi untuk memotivasi lansia, mendukung proses rehabilitasi sosial, serta membantu

mengendalikan perilaku agar lansia dapat hidup tertib dan harmonis di lingkungan panti. Informan menyatakan, *“Bimbingan sosial itu memang tugas kami untuk memotivasi lansia, supaya mereka bisa menjalani hidupnya dengan lebih baik dan tetap mengikuti aturan di panti.”* Sebagai wali asrama, pekerja sosial melakukan pemantauan langsung terhadap kondisi lansia sehingga permasalahan yang muncul dapat segera diketahui. Bimbingan sosial dilaksanakan secara terjadwal setiap minggu, umumnya pada hari Senin setelah senam, dan terkadang disisipkan dalam kegiatan lain sebagai pengingat mengenai kebersihan, kerukunan, dan aktivitas harian. Informan juga menjelaskan bahwa pendekatan yang digunakan meliputi bimbingan kelompok dan bimbingan individual, dengan bimbingan individual dinilai lebih cepat menunjukkan perubahan perilaku.

PEMBAHASAN

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kegiatan bimbingan sosial di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas berperan penting sebagai bentuk pendampingan psikososial bagi lansia. Bimbingan sosial tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas rutin, tetapi juga menjadi sarana rehabilitasi sosial, penguatan mental, serta dukungan emosional yang membantu lansia beradaptasi dengan kehidupan di panti. Hal ini sejalan dengan pandangan World Health Organization yang menyatakan bahwa dukungan psikososial pada lansia bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mental, keberfungsian sosial, serta kemampuan adaptasi

dalam lingkungan tempat tinggalnya (Nindawi, S.Kep., Ns., MM. and Nugrahani, Cantika Iva, S.S.T. 2023).

Pada informan pertama, keterlibatan dalam aktivitas religius dan produktif menunjukkan adanya mekanisme coping yang adaptif dalam menghadapi tekanan emosional di usia lanjut. Aktivitas membaca Al-Qur'an dan membuat kerajinan tangan membantu lansia mengelola perasaan sedih dan cemas, sekaligus memberikan rasa tenang dan bermakna dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini mendukung pendapat Stark dan Bainbridge yang menyatakan bahwa keterlibatan lansia dalam aktivitas yang bermakna dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis serta menurunkan risiko depresi (Kosalina 2018). Selain itu, ingatan informan terhadap tema bimbingan sosial seperti kebersihan dan kerukunan menunjukkan fungsi edukatif dari bimbingan sosial dalam membentuk perilaku dan nilai sosial lansia, sebagaimana dikemukakan oleh Prayitno bahwa bimbingan sosial bertujuan membantu individu memahami diri dan lingkungannya agar mampu berinteraksi secara positif (Karni, Pujiastuti, and Pasmawati 2018). Informan melihat kegiatan bimbingan sosial yang diadakan secara teratur setiap Senin setelah senam pagi sekitar pukul 09.00 WIB dengan tema yang berbeda sebagai kegiatan yang menyenangkan dan tidak membosankan. Ia juga dapat bertanya dan memperoleh pengetahuan baru, memiliki kesempatan untuk bertanya, dan memiliki kesempatan untuk berinteraksi dengan pengasuh dan orang lain yang lebih tua. Kondisi

ini menunjukkan bahwa bimbingan sosial berfungsi sebagai sarana untuk dukungan sosial yang konsisten dan teratur. Menurut Djumhur dan Surya, pendampingan psikososial bertujuan untuk meningkatkan kemampuan sosial individu melalui hubungan yang saling mendukung dan berkesinambungan (Rihansyah and Sunusi 2021). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendampingan psikososial melalui kegiatan bimbingan sosial pada informan pertama memberikan efek positif pada kesejahteraan psikososial lansia. Bimbingan sosial membantu orang tua mengelola emosi dan stres, mengajarkan perilaku adaptif, dan membuat mereka merasa nyaman dan bermakna di panti sosial.

Pada informan kedua, bimbingan sosial berperan signifikan dalam mengurangi rasa kesepian melalui keterlibatan dalam aktivitas bersama dan interaksi sosial yang terbangun. Lansia yang terlibat dalam kegiatan kelompok memiliki kesempatan untuk berkomunikasi, berbagi pengalaman, dan membangun kebersamaan, sehingga dapat menghindari perasaan negatif akibat kesendirian. Hal ini sejalan dengan pendapat Thoits yang menyatakan bahwa kurangnya interaksi sosial pada lansia dapat meningkatkan risiko kesepian dan penarikan diri, sehingga partisipasi dalam kegiatan kelompok menjadi faktor penting dalam menjaga kesehatan psikososial (Maulida et al. 2025). Selain itu, variasi metode pelaksanaan bimbingan sosial serta pelibatan pihak luar, seperti mahasiswa praktik kerja lapangan, terbukti meningkatkan keterlibatan

emosional lansia. Meskipun pemahaman kognitif terhadap materi tidak selalu diingat, manfaat emosional dan sosial tetap dirasakan. Temuan ini mendukung pandangan Muhidin bahwa dukungan psikososial lebih menekankan pada proses relasi sosial, kehadiran pendamping, dan konsistensi dukungan dibandingkan aspek kognitif semata (Tristanto 2020).

Sementara itu, hasil wawancara dengan pekerja sosial menunjukkan bahwa bimbingan sosial merupakan bagian integral dari praktik profesional pendampingan lansia. Peran pekerja sosial sebagai wali asrama memungkinkan pemantauan kondisi lansia secara berkelanjutan dan responsif terhadap permasalahan yang muncul. Pendekatan bimbingan yang fleksibel, baik melalui bimbingan kelompok maupun individual, menunjukkan upaya penyesuaian terhadap kebutuhan lansia. Hal ini sejalan dengan temuan Cattan et al. (2005) yang menekankan bahwa intervensi sosial yang terintegrasi dalam aktivitas sehari-hari lansia lebih efektif dalam meningkatkan keterlibatan dan kesejahteraan psikososial (Niner et al. 2025). Selain itu, penggunaan kombinasi bimbingan kelompok dan individual mendukung temuan (Prakosa et al. 2024) yang menyatakan bahwa intervensi individual lebih efektif dalam mendorong perubahan perilaku, sementara intervensi kelompok berperan penting dalam membangun dukungan sosial.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendampingan psikososial melalui kegiatan bimbingan sosial yang dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi

merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia di panti sosial. Temuan ini memperkuat hasil wawancara dengan para informan lansia yang merasakan manfaat nyata bimbingan sosial dalam membantu mereka merasa lebih tenang, diterima, dan bermakna dalam menjalani kehidupan di usia lanjut.

Selain sebagai bentuk dukungan emosional, kegiatan bimbingan sosial juga berkontribusi dalam memperkuat rasa pengendalian diri dan meningkatkan harga diri lansia. Keterlibatan aktif lansia dalam bimbingan sosial menumbuhkan perasaan bahwa mereka masih memiliki kemampuan dan peran, meskipun berada dalam keterbatasan fisik maupun usia. Perasaan memiliki peran ini menjadi aspek penting, mengingat salah satu permasalahan psikososial yang sering dialami lansia adalah munculnya rasa tidak berguna serta hilangnya makna hidup. Erikson menjelaskan bahwa pada tahap perkembangan lanjut usia, individu berada pada fase ego integrity versus despair, di mana kesejahteraan psikologis akan tercapai apabila seseorang mampu menerima perjalanan hidupnya secara utuh dan bermakna (Purnamasari and Dewi 2020). Dalam konteks ini, bimbingan sosial berperan membantu lansia mencapai integritas ego melalui kegiatan yang memberikan pengalaman bermakna, pengakuan sosial, serta kesempatan untuk berkontribusi secara sederhana dalam kehidupan panti. Lebih jauh, bimbingan sosial juga berfungsi sebagai upaya preventif terhadap munculnya gangguan kesehatan mental pada lansia, seperti depresi dan

kecemasan. Lansia yang tinggal di panti sosial cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah psikologis akibat keterpisahan dari keluarga, perubahan lingkungan hidup, serta keterbatasan dalam menjalin interaksi sosial yang bermakna. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi sosial berbasis kelompok yang dilakukan secara rutin dapat menurunkan tingkat depresi dan meningkatkan kesejahteraan subjektif lansia (Dewi, Nardina, and Rismawati 2025). Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa keberlangsungan kegiatan bimbingan sosial di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas berperan dalam menjaga kestabilan emosional lansia sekaligus mencegah berkembangnya permasalahan psikososial yang lebih berat.

Ditinjau dari sudut pandang ekologi sosial, bimbingan sosial dapat dipahami sebagai bentuk intervensi yang tidak hanya berfokus pada individu, tetapi juga pada lingkungan sosial tempat lansia berada. Lingkungan panti yang kondusif, hubungan yang hangat antara lansia dan pendamping, serta nilai-nilai sosial yang ditanamkan melalui kegiatan bimbingan sosial berkontribusi dalam membentuk iklim psikososial yang positif. Bronfenbrenner menegaskan bahwa perkembangan dan kesejahteraan individu sangat dipengaruhi oleh sistem lingkungan terdekat, termasuk relasi interpersonal dan institusi sosial di sekitarnya (Astari et al. 2024). Dalam penelitian ini, bimbingan sosial berfungsi sebagai media penghubung antara lansia dan lingkungan sosial

panti, sehingga membantu menumbuhkan rasa aman, penerimaan, dan penghargaan terhadap diri lansia.

Selain itu, hasil penelitian ini juga menegaskan pentingnya kompetensi pekerja sosial dalam pelaksanaan pendampingan psikososial bagi lansia. Kemampuan pekerja sosial dalam membangun hubungan yang empatik, melakukan pemantauan secara berkelanjutan, serta menyesuaikan pendekatan bimbingan dengan kondisi dan kebutuhan lansia menjadi faktor penentu keberhasilan program dan kualitas relasi antara pekerja sosial dan klien lansia memiliki pengaruh yang signifikan terhadap efektivitas intervensi psikososial (Hilmawan and Hamid 2024). Oleh karena itu, keberhasilan pelaksanaan bimbingan sosial di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas tidak hanya ditentukan oleh keberadaan program, tetapi juga oleh kapasitas profesional pekerja sosial dalam menerjemahkan program tersebut ke dalam praktik pendampingan yang humanis, adaptif, dan responsif terhadap kebutuhan lansia.

SIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian dan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa pendampingan psikososial yang dilakukan melalui kegiatan bimbingan sosial di Rumah Pelayanan Sosial Sudagaran Banyumas berperan penting dalam mendukung dan meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia. Pelaksanaan bimbingan sosial yang dilakukan secara terjadwal dan berkesinambungan tidak sekadar berfungsi sebagai kegiatan rutin bagi lansia,

tetapi juga menjadi media rehabilitasi sosial, penguatan kondisi mental, serta pemberian dukungan emosional dalam kehidupan lansia di panti sosial.

Hasil wawancara mendalam menunjukkan bahwa bimbingan sosial berkontribusi dalam membantu lansia mengelola emosi negatif, menekan perasaan kesepian, serta memperkuat interaksi dan hubungan sosial antar penghuni panti. Kegiatan yang memuat unsur religius, edukatif, dan sosial mendorong lansia untuk mengembangkan strategi koping yang lebih adaptif sehingga mereka merasa lebih tenang, nyaman, dan memiliki makna dalam menjalani keseharian. Selain itu, keterlibatan pekerja sosial sebagai pendamping sekaligus wali asrama memiliki peran yang signifikan dalam memantau kondisi lansia, menangani permasalahan psikososial, serta menyesuaikan bentuk dan metode bimbingan sosial dengan kebutuhan masing-masing lansia. Dengan demikian, kegiatan bimbingan sosial dapat dipandang sebagai salah satu pendekatan pendampingan psikososial yang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia di lingkungan panti sosial.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustina, Alya, and Ahmad Mardalis. 2024. "Pengaruh Kerja Paruh Waktu, Motivasi Belajar Dan Time Management Terhadap Prestasi Akademik (Studi Kasus Pada Mahasiswa Ysng Sedang Bekerja Part Time)." *Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi Dan Manajemen (JIKEM)* 17(2):1288–1303.
- Astari, Tri, Kartika Yuni Purwanti, Andreas Yoga Arditama, Aprian Subhananto, Maria

- Semi Nuryanti, Ermaniatu Nyihana, Mufidah, Wafiq Nurul Huda, Wulan Tri Puji Utami, and Afroh Nailil Hikmah. 2024. "Ekologi Sosialisasi Anak: Perspektif Keluarga, Sekolah Dan Komunitas." P. 16 in *Cv. Edupedia Publisher*.
- Dewi, Ratih Kumala, Evita Aurillia Nardina, and Rismawati. 2025. "Implementasi Program Pemberdayaan Lansia Berbasis Kognitif Dan Sosial Untuk Peningkatan Kualitas Hidup Di Samiran, Selo, Kabupaten Boyolali." *Madaniya* 6(4):2211–21. doi: <https://doi.org/10.53696/27214834.1442>.
- Dr. Asyabudin, M. A., M. Si. Imam Alfi, S.Sos.I., and M. A. Ageng Widodo. 2020. "Potret Pelayanan Sosial Lansia Di Kabupaten Banyumas." P. 30 in *wawasan Ilmu*, edited by M. A. Ageng Widodo. Banyumas, Jawa Tengah.
- Firdausi, Firna Nahwa, and Fajriani Ananda. 2025. "Peran Dinas Sosial Provinsi Riau Dalam Peningkatan Kesejahteraan Lanjut Usia (Studi Kasus UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Di Kota Pekanbaru)." *JIANA (Jurnal Ilmu Administrasi Negara)*, 23(1):42–52. doi: <https://doi.org/10.46730/jiana.v23i1.8268>.
- Haki, Ubay, Eka Danik Prahastiwi, and Nikmah Sari Hasibuan. 2024. "Strategi Pengumpulan Dan Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif Pendidikan." *Jurnal Inovasi Dan Teknologi Pendidikan* 3(1):1–240. doi: <https://doi.org/10.46306/jurinotep.v3i1>.
- Hilmawan, Aris, and Almisar Hamid. 2024. "Peran Pekerja Sosial Dalam Memberikan Pelayanan Sosial Pada Lanjut Usia." *SOSIAL: Jurnal Ilmiah Pendidikan IPS* 2(3):82–96. doi: <https://doi.org/10.62383/sosial.v2i3.340>.
- Karni, Asniti, Triyani Pujiastuti, and Hermi Pasmawati. 2018. "Program Bimbingan Konseling Dan Implikasinya Terhadap Resiliensi Lansia Di Pantj Jompo BPPLU Propinsi Bengkulu." P. 27 in *Samudra Biru*, edited by I. N. Aini. Banguntapal Bantul, DI Yogyakarta: samudra biru.
- Kosalina, Novi. 2018. "Gambaran Kesejahteraan Subjektif Lansia Yang Aktif Dalam Kegiatan Religius." *Psibernetika* 11(1). doi: <http://dx.doi.org/10.30813/psibernetika.v11i1.1158>.
- Maulida, Yuslih, Najwa Salsabil Bahri, Nur Aini Hidayah, Fikriyyah Maeyani, Bintang Dian Larasati, Indria adisti Rahmadita, Asma'Nur Kamila, Faradila Chandra, Lufi Maulidta Wulanda, and Siti Hikmah. 2025. "Dinamika Dukungan Sosial Dalam Kehidupan Sehari-Hari Lansia Di Pantj Jompo." *Jurnal Kesehatan Amanah* 9(1):334–45. doi: <https://doi.org/10.57214/jka.v9i1.867>.
- Mouwn Erland. 2020. *Metodologi Penelitian Kualitatif. In Metodologi Penelitian Kualitatif*.
- Nindawi, S.Kep., Ns., MM., M. Ke., and M. Keb. Nugrahani, Cantika Iva, S.S.T. 2023. "Meninjau Kualitas Hidup Lansia." P. 5 in *Penerbit NEM.*, edited by M. K. DR. Indahsah, Ir. and M. K. Dr. Byba Melda, S.Kep., Ns. Pekalongan, Jawa Tengah: PT. Nasya Expanding Managenet.
- Niner, Violin Irene, Kartinah, Aakkudin Suprihaadi Putra, Eny Rahmawati, Nunuk Sri Purwanti, Febri Christian Wulansari, and AfifaturRohimah. 2025. "BUNGA RAMPAI KESEHATAN MENTAL LANSIA." P. 20 in *Nuansa Fajar Cemerlang*, edited by Kartinah. Jakarta.
- Omay Rohmana, S. Kep, Ners, M. Kep., and M. Kes Ati Siti Rochayati, SKM. 2025. "MENGATASI STRESS DI USIA TUA Aplikasi Teori Stress Adaptasi Stuart Pada Perawatan Lansia." P. 35 in *Widina Media Utama*, edited by M. K. S. . Dr. Dwi Putri Parendrawati, SKp. bandung, Jawa Barat.
- Prakosa, Farid Aji, Noor Afy Shovmayanti, Dani Kurniawan, Khusnul Amalin, and Muhammad Zulfi Ifani. 2024. "INTERVENSI PEER SUPPORT GROUPS BERBASIS KOMUNIKASI UNTUK KETAHANAN MENTAL

DALAM SITUASI DARURAT.” *Choesin* 3(1):227–35.

Purnamasari, Alfi, and Ismira Dewi. 2020. “Peran Optimisme Dan Dukungan Sosial Terhadap Integritas Ego Pada Lanjut Usia.” *Urnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 25(1):61–72. doi: <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol25.iss1.art5>.

Rihansyah, Muhammad Rafi, and Makmur Sunusi. 2021. “Peran Bimbingan Sosial Terhadap Korban Penyalahgunaan Napza Dalam Membangun Resiliensi.” *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services* 2(2):155–62. doi: <https://doi.org/10.24853/jks.v2i2.14125>.

Sari, isyah Sekar, Nadia Aprisilia, and Yessi Fitriani. 2025. “Teknik Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Observasi, Wawancara, Dan Triangulasi.” *Indonesian Research Journal on Education* 5(4):539–545.

Tristanto, Aris. 2020. “Dukungan Kesehatan Jiwa Dan Psikososial (Dkjps) Dalam Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pada Masa Pandemi Covid-19.” *Sosio Informa* 6(2):205–22. doi: <https://doi.org/10.33007/inf.v6i2.2348>.