



Silver Care: Art Therapy dengan Pendekatan Komunitas Ceria untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Lansia

Neta Amelia¹, Silvia Octaviani¹, Lisna Sri Wahyuni¹, Fanisa Nur Azhar¹,
Refli Ariansyah¹, Tri Antika¹, Suci Noor Hayati¹

¹Department of Nursing, STIKep PPNI Jawa Barat, Indonesia

Correspondence author: Suci Noor Hayati

Email: sucinoor1905@gmail.com

Address: Jl. Ahmad 4 No.32, Pamoyanan, Kec.Cicendo, Kota Bandung, Indonesia, Telp. (022) 6121914

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i1.736>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: The increasing elderly population in Indonesia poses challenges to psychological and social well-being. Many older adults, particularly those in social care institutions, experience loneliness, anxiety, and reduced enthusiasm for life due to limited social interaction. Observations at the UPTD Pusat Pelayanan Sosial Griya Lansia Ciparay, Bandung, revealed that residents were often passive, less expressive, and socially withdrawn. This issue led to the development of the *SILVER CARE* program—an innovative psychosocial intervention integrating *art therapy* with a *cheerful community approach* to stimulate creativity, interaction, and emotional balance.

Objective: This community service program aimed to enhance creativity, strengthen social relationships, and improve the overall quality of life among the elderly through expressive and enjoyable group activities.

Method: The intervention consisted of four structured sessions based on art therapy principles, including puzzle assembly, drawing, coloring, listening to classical music, and lavender aromatherapy. Activities promoted cooperation, self-expression, and positive interaction within a supportive atmosphere. Pre-test and post-test observations were used to evaluate social and emotional changes.

Result: Findings showed notable improvements in communication, cooperation, and emotional expression. Participants became more active, confident, and enthusiastic. The program achieved 97% implementation success and produced a sustainability guidebook for partners.

Conclusion: *SILVER CARE* effectively improved the elderly's social, emotional, and cognitive functions. Its adaptable model offers strong potential for replication in other institutions to promote active, joyful, and meaningful aging.

Keywords: art therapy, cheerful community, elderly, silver care, social interaction

Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merupakan individu yang telah berumur 60 tahun atau lebih sesuai dengan Peraturan Presiden Nomor 88 Tahun 2021 tentang Strategi Nasional Kelanjutusiaan. Tahapan penuaan ditandai dengan perubahan pada aspek fisik, psikologis, maupun sosial yang dapat memengaruhi kemampuan individu dalam menjalani aktivitas harian dan kualitas hidupnya (Mroczek et al., 2020). Berdasarkan hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2019, jumlah penduduk lansia di Indonesia mencapai sekitar 25,7 juta jiwa atau 9,6% dari total populasi. Angka ini diprediksi terus meningkat hingga mencapai 65,8 juta jiwa pada tahun 2045 (Badan Pusat Statistik, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa Indonesia telah memasuki fase ageing population, ditandai dengan proporsi penduduk lansia yang telah melampaui 10% dari total penduduk. Berdasarkan jenis kelamin, lansia perempuan (51,81%) lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (48,19%) (Badan Pusat Statistik, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2023), kualitas hidup lansia menjadi salah satu indikator penting dalam keberhasilan pembangunan berkelanjutan. Lansia yang sehat, aktif, dan mandiri berpotensi memberikan kontribusi positif bagi masyarakat sekitarnya. Namun demikian, proses penuaan, penyakit kronis, dan keterbatasan fungsional sering kali menyebabkan penurunan kualitas hidup, seperti kurangnya kekuatan fisik maupun keterlambatan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Anggraeni et al., 2022). Aktivitas dan kemandirian menjadi faktor penting dalam mempertahankan kesejahteraan lansia. Mereka yang tetap aktif dan produktif cenderung memiliki tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi (Kang et al., 2018).

Salah satu permasalahan yang sering dialami lansia ialah perasaan kesepian dan isolasi sosial. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan, serta menurunkan daya tahan tubuh. Lansia yang jarang berinteraksi secara sosial cenderung mengalami penurunan kualitas hidup yang lebih besar dibandingkan mereka yang aktif bersosialisasi. Situasi ini sering ditemukan di lingkungan panti sosial, di mana interaksi antar penghuni terbatas pada rutinitas harian yang monoton. Kurangnya aktivitas bermakna dapat menimbulkan rasa bosan, cemas, serta kehilangan semangat dan makna hidup.

Berbagai aktivitas produktif terbukti mampu meningkatkan kesejahteraan lansia, salah satunya melalui kegiatan seni (*art therapy*). Terapi seni mencakup aktivitas seperti menyusun puzzle, menggambar, mewarnai, mendengarkan musik klasik, hingga penggunaan aromaterapi. Pendekatan ini bersifat menyenangkan, non-verbal, dan dapat diterapkan pada lansia dengan berbagai kondisi fisik maupun psikologis. *Art therapy* membantu lansia menyalurkan emosi dan pengalaman batin yang sulit diungkapkan dengan kata-kata, serta memberikan rasa tenang dan kepuasan emosional. Selain itu, kegiatan seni dalam kelompok mendorong munculnya interaksi sosial, memperkuat hubungan antar individu, serta membentuk lingkungan yang saling mendukung. (Xinyi et al., 2023).

Berdasarkan latar tersebut, program *SILVER CARE* dikembangkan dengan menggabungkan art therapy dan pendekatan komunitas ceria yang menekankan pada suasana partisipatif, interaktif, dan penuh dukungan emosional. Program ini bertujuan meningkatkan komunikasi, kerja sama, ekspresi positif, serta kualitas hidup lansia di panti sosial. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara kolaboratif dengan melibatkan tim pelaksana dan pengelola panti, sesuai dengan prinsip *community-based intervention* yang menempatkan lansia sebagai subjek aktif dalam menciptakan lingkungan sosial yang sehat dan suportif. (Hadiyati et al., 2022).

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas *art therapy* berbasis komunitas ceria terhadap peningkatan interaksi sosial dan kesejahteraan emosional lansia. Secara keseluruhan, peningkatan kesejahteraan lansia tidak hanya dapat dicapai melalui pendekatan medis, tetapi juga memerlukan pendekatan sosial dan emosional yang berkelanjutan. Program SILVER CARE menjadi bentuk nyata kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada pemberdayaan lansia agar tetap aktif, bahagia, dan memiliki keterikatan sosial. Melalui integrasi seni, komunikasi, dan kebersamaan, diharapkan lansia dapat menikmati masa tuanya dengan penuh makna serta mencapai kualitas hidup yang lebih baik.(Kamilah et al.,2024).

Tujuan

Program *SILVER CARE* bertujuan meningkatkan interaksi sosial lansia di UPTD Pusat Pelayanan Sosial Griya Lansia Ciparay, Kabupaten Bandung, Jawa Barat. Secara spesifik, kegiatan ini berfokus pada mendorong lansia yang cenderung pasif dan menyendiri untuk berpartisipasi dalam aktivitas kelompok, meningkatkan frekuensi percakapan dan saling menyapa, serta membangun rasa kebersamaan dan kedekatan dengan sesama penghuni panti. Program ini diharapkan dapat menciptakan lingkungan sosial yang hangat, membuat lansia merasa diterima, dihargai, dan kembali termotivasi untuk berinteraksi secara aktif.

Metode

Pelaksanaan program *SILVER CARE* berfokus pada peningkatan interaksi sosial lansia yang tinggal di UPTD Pusat Pelayanan Sosial Griya Lansia Ciparay, Kabupaten Bandung, Jawa Barat. Program ini diselenggarakan oleh tim mahasiswa, Program Kreativitas Mahasiswa Pengabdian kepada Masyarakat (PKM-PM) STIKep PPNI Jawa Barat bekerja sama dengan pihak panti sosial menggunakan model kemitraan kolaboratif partisipatif. Dalam model ini, tim pelaksana tidak hanya menjadi fasilitator kegiatan, tetapi juga melibatkan pengurus panti, perawat, dan kader lansia dalam setiap tahapan kegiatan agar keberlanjutan program tetap terjaga.

Kegiatan dilaksanakan selama empat minggu pada bulan Agustus-September 2025. Tahapan pelaksanaan dimulai dengan tahap persiapan, meliputi koordinasi tim, pembagian tugas, penyusunan rencana kegiatan, dan penyiapan instrumen evaluasi berupa lembar observasi interaksi sosial dan kuesioner *pre-post test*. Tim juga menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan dalam kegiatan seperti *puzzle*, alat gambar dan mewarnai, pemutar musik klasik, serta *diffuser* dan minyak esensial *lavender* untuk mendukung suasana relaksasi. Selain itu, buku panduan kegiatan dibuat sebagai acuan dalam pelaksanaan terapi seni dan relaksasi.

Sebelum kegiatan utama dimulai, tim melaksanakan tahap pendekatan awal berupa "Rangkul Empati" selama satu minggu penuh. Tahap ini bertujuan menciptakan hubungan yang harmonis antara tim dengan lansia sehingga dapat menumbuhkan rasa saling percaya melalui pendekatan yang hangat dan empatik. Tim berinteraksi langsung dengan lansia melalui percakapan ringan, menemani kegiatan sehari-hari, mendengarkan cerita masa lalu, dan memberikan perhatian penuh terhadap emosi serta respons sosial lansia. Rangkul empati menjadi pondasi penting agar lansia merasa aman, diterima, dan bersedia terlibat aktif dalam kegiatan kelompok berikutnya.

Berdasarkan data dari pihak mitra, jumlah total lansia yang tinggal di UPTD Pusat Pelayanan Sosial Griya Lansia Ciparay adalah 159 orang. Dari jumlah tersebut, 44 orang lansia memenuhi kriteria inklusi dan bersedia menjadi partisipan program *SILVER CARE*. Kriteria inklusi meliputi

lansia berusia 60 tahun ke atas, mampu berkomunikasi dengan baik, tidak memiliki gangguan kognitif berat, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, serta menunjukkan tanda-tanda kesepian dan penarikan diri sosial seperti ekspresi muram atau pasif dalam berinteraksi.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam 4 kali pertemuan selama empat minggu berturut-turut, masing-masing berdurasi 60–90 menit. Kegiatan inti mencakup terapi seni dan relaksasi yang dirancang untuk menstimulasi interaksi sosial lansia secara bertahap. Sesi pertama berfokus pada kegiatan menyusun *puzzle* bersama untuk menumbuhkan kerja sama dan komunikasi antar anggota kelompok. Sesi kedua berupa kegiatan menggambar dan mewarnai yang mendorong ekspresi diri dan percakapan spontan antar lansia. Sesi ketiga dilakukan terapi musik klasik yang dikombinasikan dengan aromaterapi *lavender* guna menciptakan suasana rileks, sehingga lansia lebih terbuka dan hangat dalam bersosialisasi. Pada sesi keempat, dilakukan kegiatan refleksi kelompok dan berbagi cerita (*sharing session*) untuk memperkuat ikatan sosial yang telah terbentuk selama program berlangsung.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* serta lembar observasi interaksi sosial yang mencakup indikator frekuensi percakapan, sapaan, kerja sama, serta ekspresi emosional positif selama kegiatan berlangsung. Penyajian data hasil kegiatan dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif, tabel perbandingan hasil *pre-post test*, serta diagram peningkatan interaksi sosial lansia dari minggu ke minggu. Dokumentasi kegiatan berupa foto dan video juga diambil dengan persetujuan dari pihak mitra dan partisipan, sebagai bukti peningkatan aktivitas sosial lansia secara nyata.

Melalui rangkaian metode ini, program *SILVER CARE* tidak hanya menjadi kegiatan intervensi sementara, tetapi juga membangun hubungan emosional yang bermakna antara lansia dan lingkungan sekitarnya. Pendekatan yang empatik, kolaboratif, dan berbasis komunitas menjadikan program ini efektif dalam menumbuhkan rasa percaya diri, kebersamaan, dan peningkatan interaksi sosial di kalangan lansia penghuni panti sosial.

Hasil

Hasil pelaksanaan program *SILVER CARE* menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam interaksi sosial lansia di UPTD Pusat Pelayanan Sosial Griya Lansia Ciparay. Lansia yang sebelumnya cenderung pasif, lebih sering duduk menyendiri, dan jarang berkomunikasi mulai menunjukkan perubahan perilaku sosial yang positif. Mereka mulai bertegur sapa, bertanya kabar, tersenyum, dan terlibat dalam percakapan ringan dengan teman sebaya maupun dengan tim pelaksana.



Gambar 1. Kegiatan Program Art Therapy

Kegiatan menyusun *puzzle* bersama menjadi salah satu pemicu utama peningkatan interaksi sosial. Selama proses tersebut, lansia saling berdiskusi untuk menentukan posisi potongan *puzzle*, saling membantu, dan berkoordinasi untuk mencapai hasil akhir bersama. Suasana kebersamaan yang muncul selama aktivitas ini memperlihatkan peningkatan spontanitas dalam komunikasi dan kerja sama.

Pada sesi menggambar mewarnai, lansia menunjukkan ekspresi diri yang lebih bebas dan terbuka. Mereka saling memberi komentar terhadap hasil karya teman, saling memuji, dan bahkan berbagi cerita pribadi di balik gambar yang mereka buat. Aktivitas seni ini menjadi media percakapan personal yang menumbuhkan keakraban dan rasa saling menghargai antar penghuni panti.

Sementara itu, kegiatan pemberian aromaterapi *lavender* yang diiringi dengan terapi musik klasik memberikan suasana yang lebih rileks dan menenangkan. Lansia tampak lebih tenang, ekspresi wajah mereka lebih cerah, dan percakapan yang muncul terdengar lebih alami dan hangat. Kombinasi kegiatan relaksasi ini menciptakan lingkungan sosial yang positif, di mana komunikasi antar lansia mengalir tanpa paksaan.



Gambar 2. Sosialisasi Mitra

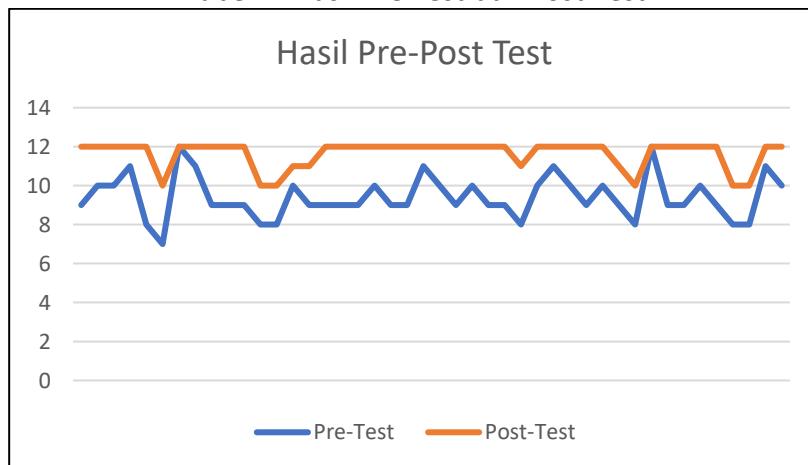
Gambar 2. menunjukkan proses sosialisasi program SILVER CARE kepada pihak panti sosial sebagai mitra pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini, tim pengabdian menjelaskan konsep program, bentuk intervensi art therapy, serta manfaat yang diharapkan bagi lansia. Sosialisasi dilakukan secara tatap muka agar terjadi komunikasi dua arah, sehingga pihak panti dapat memberikan masukan mengenai kebutuhan dan karakteristik lansia di tempat tersebut. Tahap ini menjadi dasar terciptanya kerja sama yang baik dan memastikan bahwa seluruh kegiatan berjalan sesuai kondisi lapangan, kemampuan fisik peserta, serta lingkungan sosial panti.



Gambar 3. Rangkuluan Empati (Pendekatan dengan Lansia)

Gambar ini memperlihatkan proses pendekatan awal kepada lansia melalui interaksi, seperti mengajak berbicara, mendengarkan cerita, dan memberi dukungan emosional. Pendekatan ini dilakukan untuk menciptakan rasa nyaman serta membangun kepercayaan, sehingga lansia tidak merasa canggung atau terpaksa mengikuti kegiatan. Komunikasi interpersonal yang hangat membantu mengurangi rasa malu, kecemasan, atau ketakutan lansia untuk terlibat dalam kegiatan kelompok. Tahap ini penting karena kedekatan emosional antara fasilitator dan peserta akan meningkatkan antusiasme, partisipasi aktif, dan keberhasilan kegiatan art therapy.

Tabel 1. Hasil *Pre Test* dan *Post Test*



Tabel ini menampilkan hasil pengukuran skor interaksi sosial lansia pada tahap sebelum dan sesudah mengikuti program SILVER CARE. Penilaian dilakukan menggunakan instrumen interaksi sosial yang mencakup aspek komunikasi, kerja sama, serta keterlibatan dalam kegiatan kelompok. Pada fase *pre-test*, masih terlihat adanya variasi kemampuan interaksi sosial antar responden. Namun, setelah seluruh sesi program SILVER CARE diberikan, skor interaksi sosial pada fase *post-test* menunjukkan peningkatan pada seluruh peserta. Peningkatan ini menandakan bahwa program memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan lansia dalam berinteraksi dan terlibat dalam kelompok.

Berdasarkan hasil tersebut, data kemudian dianalisis menggunakan distribusi frekuensi pada 44 responden. Analisis distribusi frekuensi dilakukan untuk melihat perubahan kategori interaksi sosial dari sebelum hingga sesudah program SILVER CARE. Pendekatan ini membantu mengidentifikasi sejauh mana peningkatan interaksi sosial terjadi pada masing-masing peserta, serta menentukan persentase responden dalam setiap kategori penilaian, yaitu rendah, sedang, dan baik.

Tabel 2. Hasil Perhitungan *Pre Test* dan *Post Test*

Distribusi Frekuensi <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i>			
Waktu	Variabel	Frekuensi	%
PRE TEST	Rendah	0	0,00
	Sedang	8	18,18
	Baik	36	81,82
POST TEST	Rendah	0	0,00
	Sedang	0	0,00
	Baik	44	100,00

Berdasarkan Tabel 2. Hasil Perhitungan *Pre Test* dan *Post Test*, dapat dilihat distribusi frekuensi tingkat interaksi sosial lansia sebelum dan sesudah pelaksanaan program SILVER CARE pada 44 responden. Pada hasil *pre-test*, diketahui bahwa tidak terdapat responden dengan kategori interaksi sosial rendah (0%), sementara sebanyak 8 responden (18,18%) berada pada kategori sedang, dan mayoritas yaitu 36 responden (81,82%) termasuk dalam kategori baik. Hal

ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan program, sebagian besar lansia telah memiliki tingkat interaksi sosial yang cukup baik, meskipun masih terdapat sebagian kecil yang berada pada tingkat sedang. Setelah diberikan intervensi berupa program *SILVER CARE*, hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada seluruh responden. Seluruh lansia (100%) berada pada kategori interaksi sosial baik, dan tidak ada lagi yang berada pada kategori sedang maupun rendah.

Perubahan ini menunjukkan bahwa program *SILVER CARE* memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan interaksi sosial lansia. Peningkatan dari 81,82% menjadi 100% pada kategori baik menunjukkan adanya perbaikan pada aspek komunikasi, keterlibatan sosial, serta hubungan antar individu setelah mengikuti kegiatan yang dirancang dalam program.

Secara umum, hasil ini mengindikasikan bahwa pendekatan komunitas ceria yang digunakan dalam program *SILVER CARE* efektif dalam membangun suasana interaktif, meningkatkan rasa kebersamaan, dan memperkuat hubungan sosial antar lansia di lingkungan panti. Dengan demikian, intervensi berbasis kelompok seperti ini dapat menjadi alternatif strategi dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, khususnya dalam aspek sosial dan psikologis.

Tabel 3. Skor Interaksi Sosial

Pertemuan	Bentuk Kegitan Utama	Gambaran Interaksi Sosial Lansia	Skor Rata-rata Interaksi Sosial
1	Menyusun <i>puzzle</i> , Menggambar mewarnai dan pemberian aroma <i>therapy</i>	Lansia masih terlihat cukup pasif. Sebagian besar belum banyak berinteraksi dan tampak canggung saat mengikuti kegiatan. Suasana masih terasa kaku dan komunikasi antar peserta belum terjalin dengan baik.	6
2	Menyusun <i>puzzle</i> , menggambar mewarnai dan pemberian aroma <i>therapy</i>	Mulai ada perubahan meski belum terlalu signifikan. Beberapa lansia sudah mulai saling menyapa dan tersenyum, namun belum banyak berbicara. Interaksi mulai terbentuk, walaupun suasana masih sedikit kaku.	8
3	Menyusun <i>Puzzle</i> , Menggambar mewarnai dan pemberian aroma <i>therapy</i>	Pada pertemuan ini, partisipasi lansia meningkat. Mereka tampak lebih terbuka, mulai aktif dan saling bekerja sama dalam aktivitas kelompok.	10
4	Menyusun <i>Puzzle</i> , Menggambar mewarnai dan pemberian aroma <i>therapy</i>	Lansia tampak jauh lebih aktif dan bersemangat. Mereka sudah bisa berbaur dengan peserta lain, saling membantu, serta menikmati setiap kegiatan dengan antusias. Rasa	12

kebersamaan dan keceriaan terlihat
jelas di akhir pertemuan.

Dari hasil observasi 4 kali pertemuan, frekuensi interaksi sosial meningkat secara bertahap. Pada awal kegiatan, sebagian besar lansia hanya melakukan percakapan singkat atau menjawab seperlunya. Namun pada akhir sesi ke-4, lansia mulai membentuk hubungan sosial yang lebih akrab, saling bercanda, dan bahkan berinteraksi di luar sesi kegiatan. Beberapa lansia terlihat mengajak temannya berbincang saat waktu luang, menunjukkan adanya perubahan yang berkelanjutan dalam perilaku sosial mereka. Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan indikator interpretasi, nilai interaksi sosial berada pada rentang 9–12, yang menunjukkan bahwa tingkat interaksi sosial lansia termasuk dalam kategori baik. Beberapa lansia bahkan tampak melanjutkan komunikasi di luar sesi kegiatan, menandakan adanya perubahan positif yang berkelanjutan dalam kemampuan bersosialisasi dan menjalin hubungan sosial dengan sesama.

Secara keseluruhan, hasil pelaksanaan program memperlihatkan perubahan positif dalam dinamika sosial lansia di panti. Pendekatan rangkulan empati di awal pelaksanaan terbukti efektif membangun kepercayaan dan rasa aman, yang menjadi dasar kuat bagi lansia untuk berinteraksi tanpa rasa canggung. Kegiatan seni dan relaksasi yang dirancang secara bertahap memberikan kesempatan bagi lansia untuk beradaptasi, mengekspresikan diri, dan menemukan kembali makna kebersamaan.

Perubahan perilaku sosial yang terjadi bukan hanya karena aktivitas yang dilakukan, tetapi juga karena suasana emosional yang diciptakan yaitu suasana hangat, penuh penerimaan, dan saling menghargai. Hal ini membuktikan bahwa intervensi berbasis komunitas dengan sentuhan empati dan seni dapat meningkatkan kualitas hidup sosial lansia secara nyata.

Hasil penelitian Program SILVER CARE sejalan dengan teori dan temuan empiris sebelumnya yang menegaskan pentingnya stimulasi sosial dan emosional melalui kegiatan seni bagi kesejahteraan lansia. Menurut teori *Gerontological Psychosocial Stimulation* yang dikemukakan oleh Butler dan Lewis (2020), aktivitas sosial yang kreatif dapat meningkatkan keseimbangan emosional, memperkuat hubungan interpersonal, dan mempertahankan fungsi kognitif pada usia lanjut. Teori ini mendasari gagasan bahwa lansia yang aktif secara sosial dan terlibat dalam kegiatan bermakna memiliki tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang pasif atau terisolasi. (Xinyi et al., 2023).

Pendekatan yang digunakan dalam program SILVER CARE, yaitu *art therapy* berbasis komunitas ceria, membuktikan bahwa aktivitas seperti menggambar, mewarnai, menyusun *puzzle*, serta mendengarkan musik klasik mampu dalam pengaturan emosi dan meningkatkan hormon endorfin yang menimbulkan rasa senang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Kaimal et al. (2019) yang menunjukkan bahwa partisipasi lansia dalam aktivitas seni menurunkan kadar hormon stres (kortisol) dan meningkatkan rasa relaksasi serta keterikatan sosial.

Selain itu, pendekatan *community based intervention* yang menjadi landasan SILVER CARE juga didukung dimana perilaku individu tidak dapat dipisahkan dari konteks sosial dan lingkungan di sekitarnya. Melalui pendekatan kelompok yang kolaboratif, lansia tidak hanya menjadi penerima intervensi, tetapi juga berperan aktif dalam membangun dinamika sosial yang positif. Temuan ini memperkuat hasil penelitian Ribeiro et al. (2019) dan Anggraeni et al. (2022) yang menyatakan bahwa keberhasilan program penguatan sosial pada lansia sangat bergantung pada kualitas interaksi dalam komunitas dan dukungan emosional yang diterima.

Jika dibandingkan dengan penelitian konseling komunitas khusus menggunakan pendekatan *art therapy*, keduanya memiliki benang merah yang sama dalam penggunaan seni sebagai sarana ekspresi diri dan penyembuhan emosional. Penelitian tersebut, yang mengacu pada konsep konseling multikultural, menekankan pentingnya memahami latar sosial, budaya, dan psikologis lansia sebagai bagian dari proses terapi. *Art therapy* diposisikan sebagai bentuk komunikasi non-verbal yang aman bagi lansia untuk mengekspresikan emosi yang sulit diungkapkan secara langsung. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Safitri et al. (2024) yang membuktikan bahwa kegiatan seni dapat menurunkan tingkat depresi dan kecemasan serta meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

Namun, jika ditinjau dari orientasi pendekatannya, SILVER CARE menonjolkan aspek sosial-komunal dan partisipatif, sedangkan penelitian konseling komunitas khusus berorientasi pada intrapersonal dan psikoterapeutik. Pada SILVER CARE, *art therapy* digunakan sebagai sarana memperkuat interaksi dan kerja sama antar lansia, menciptakan suasana positif dan kebersamaan di lingkungan panti sosial. Sebaliknya, pada konseling komunitas, *art therapy* berperan sebagai teknik terapeutik untuk membantu lansia mengidentifikasi perasaan, meningkatkan kesadaran diri, dan mencapai keseimbangan emosional.(Galassi et al., 2022).

Kedua penelitian tersebut sama-sama mendukung konsep *multimodal therapy* yang dikemukakan oleh *World Health Organization* (WHO, 2022), yaitu bahwa kesejahteraan lansia dapat ditingkatkan melalui kombinasi stimulasi fisik, kognitif, sosial, dan emosional secara bersamaan. Dalam konteks ini, *art therapy* berfungsi sebagai media yang mengintegrasikan keempat dimensi tersebut, di mana seni berperan tidak hanya sebagai ekspresi kreatif tetapi juga sebagai intervensi terapeutik yang menyehatkan tubuh dan pikiran.

Meskipun demikian, dalam penerapannya di lapangan, SILVER CARE menghadapi beberapa hambatan yang tidak sepenuhnya sejalan dengan kondisi ideal dalam teori. Beberapa lansia menunjukkan resistensi awal untuk terlibat aktif akibat rasa malu, nyeri fisik, atau gangguan kognitif ringan. Hal ini menunjukkan bahwa faktor kesiapan emosional dan kondisi kesehatan fisik menjadi variabel penting yang memengaruhi efektivitas intervensi sosial berbasis seni. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Kim et al. (2021) yang menyatakan bahwa keberhasilan *art therapy* sangat dipengaruhi oleh dukungan lingkungan sosial, intensitas interaksi, serta keterlibatan emosional peserta dalam kegiatan.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperluas temuan-temuan sebelumnya dengan menegaskan bahwa *art therapy* tidak hanya berfungsi sebagai terapi individual untuk mengatasi stres atau depresi, tetapi juga sebagai sarana pemberdayaan sosial yang efektif. Program SILVER CARE menjadi bentuk konkret penerapan teori *gerontological psychosocial* dalam konteks komunitas, yang mampu menggabungkan unsur sosial, emosional, dan terapeutik secara seimbang. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan kesejahteraan psikologis individu lansia, tetapi juga memperkuat ikatan sosial dan rasa memiliki di lingkungan panti sosial.(Kamilah et al., 2024).

Secara teoretis, hasil penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan model intervensi lansia berbasis seni yang lebih holistik. Kombinasi antara pendekatan komunitas aktif (SILVER CARE) dan konseling terapeutik berbasis seni dapat dijadikan acuan dalam merancang program pemberdayaan lansia yang berkelanjutan, mendukung prinsip *active aging* dan *healthy aging* sebagaimana direkomendasikan oleh WHO (2023).

Diskusi

Art Therapy yang diterapkan dalam program SILVER CARE terbukti efektif dalam meningkatkan interaksi sosial lansia melalui rangkaian kegiatan menyusun puzzle, mewarnai, dan pemberian aromaterapi yang diiringi musik klasik. Kegiatan menyusun puzzle menjadi pemicu utama munculnya komunikasi dan kerja sama, karena proses penyusunan membutuhkan koordinasi, saling bertukar pendapat, dan kolaborasi antar peserta. Lansia yang semula cenderung pasif mulai terlibat aktif untuk memberi saran, meminta bantuan, dan berdiskusi mengenai bentuk atau warna potongan puzzle yang sesuai. Interaksi spontan ini memperkuat hubungan interpersonal dan menciptakan suasana kelompok yang dinamis.

Pada sesi mewarnai, peningkatan interaksi sosial terjadi melalui proses berbagi pengalaman dan saling menunjukkan hasil karya. Aktivitas ini mendorong munculnya rasa percaya diri, menumbuhkan apresiasi antar peserta, dan memicu percakapan ringan yang mempererat kebersamaan. Selain itu, mewarnai merangsang bagian otak yang berperan dalam pengaturan emosi sehingga membantu lansia merasa lebih rileks, nyaman, dan terbuka untuk berkomunikasi.

Sementara itu, pemberian aromaterapi yang diiringi musik klasik berkontribusi pada peningkatan interaksi sosial dengan cara menurunkan ketegangan emosional dan menciptakan suasana relaksasi. Aroma lavender atau chamomile dapat menurunkan kadar stres, sedangkan musik klasik memiliki efek menenangkan sistem saraf dan meningkatkan suasana hati. Lansia yang relaks menjadi lebih mudah tersenyum, mau berbicara, dan tidak merasa canggung berbaur dalam kelompok. Dengan demikian, faktor paling berpengaruh dari sesi puzzle adalah kerja sama kelompok, dari sesi mewarnai adalah berbagi dan menunjukkan karya, sedangkan dari sesi aromaterapi adalah kondisi emosional yang rileks dan nyaman. Ketiga sesi ini membentuk rangkaian intervensi yang saling melengkapi, sehingga mampu memperkuat interaksi sosial serta membangun hubungan positif antar lansia di lingkungan panti sosial.

Hasil program menegaskan bahwa pendekatan berbasis seni, permainan, dan relaksasi efektif meningkatkan interaksi sosial lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian M. Iqbal et al., 2023, yang menunjukkan lansia yang aktif berinteraksi cenderung memiliki kualitas hidup sosial lebih baik. Keunikan SILVER CARE adalah penerapan intervensi kelompok, sehingga muncul efek tambahan berupa rasa kebersamaan, saling dukung, dan kehangatan emosional yang tidak hanya terjadi pada kegiatan, tetapi juga di luar sesi. Beberapa lansia dengan kecemasan sosial membutuhkan adaptasi khusus, misalnya ditempatkan dalam kelompok lebih kecil atau dibimbing oleh kader lansia. Temuan ini menunjukkan bahwa pengaturan kelompok dan media kegiatan sangat memengaruhi keberhasilan membangun interaksi sosial.

Kesimpulan

Program SILVER CARE berhasil meningkatkan interaksi sosial lansia, ditandai dengan peningkatan frekuensi percakapan, sapaan, dan kerja sama dalam aktivitas kelompok. Lansia yang awalnya pasif kini lebih berani memulai komunikasi dan menunjukkan ekspresi positif. Rencana tindak lanjut mencakup penyerahan buku pedoman dan perlengkapan kegiatan ke staf panti untuk diteruskan secara mandiri, monitoring keberlanjutan interaksi sosial selama dua bulan dengan kunjungan tim PKM-PM, dan pelatihan staf panti agar dapat memfasilitasi kegiatan interaktif secara rutin. Dengan langkah-langkah ini, interaksi sosial lansia di panti diharapkan terus meningkat, mencegah isolasi, dan membangun kualitas hubungan sosial yang lebih baik di lingkungan panti.

Ucapan Terima Kasih

Tim pelaksana Program SILVER CARE mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi melalui Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi atas dukungan pendanaan melalui Program Kreativitas Mahasiswa Pengabdian Masyarakat (PKM-PM). Dukungan ini menjadi landasan penting bagi terlaksananya kegiatan pengabdian yang berfokus pada peningkatan interaksi sosial dan kesejahteraan emosional lansia.

Ucapan terima kasih yang mendalam juga kami sampaikan kepada pihak STIKEP PPNI Jawa Barat selaku institusi asal tim pelaksana, yang telah memberikan dukungan akademik, fasilitas, serta pembinaan selama proses perencanaan hingga pelaksanaan program. Terima kasih juga kepada UPTD Pusat Pelayanan Sosial Griya Lansia Ciparay, Kabupaten Bandung, Jawa Barat selaku mitra pelaksanaan kegiatan atas kerja sama yang baik, sambutan hangat, dan kesempatan yang diberikan kepada tim untuk berinteraksi langsung dengan para lansia.

Penghargaan setinggi-tingginya kami sampaikan kepada dosen pendamping atas arahan, validasi, dan bimbingan yang berkelanjutan selama program berlangsung. Kami juga menyampaikan apresiasi kepada seluruh staf panti dan para lansia peserta program yang telah berpartisipasi dengan antusias, membuka diri dalam setiap kegiatan, serta menjadi bagian penting dalam keberhasilan program ini.

Tidak lupa, terima kasih kepada seluruh anggota tim SILVER CARE yang telah bekerja dengan penuh empati, tanggung jawab, dan semangat kebersamaan dalam setiap tahap pelaksanaan.

Semoga segala bentuk dukungan, kerja sama, dan kebaikan yang diberikan menjadi amal yang bermanfaat, serta semoga program SILVER CARE: "Bersama Lansia, Berbagi Cinta dan Makna" dapat terus berlanjut dan memberikan dampak positif bagi peningkatan kualitas hidup lansia di berbagai panti sosial di Indonesia.

Pendanaan

Kegiatan Program Kreativitas Mahasiswa Pengabdian Masyarakat (PKM-PM) dengan judul "SILVER CARE: Program Artafi Dengan Metode Pendekatan Komunitas Ceria Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Lansia Di Panti Sosial" ini didanai oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi melalui Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi dalam skema pendanaan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) tahun 2025.

Pendanaan diberikan berdasarkan kontrak pelaksanaan kegiatan PKM-PM Nomor: 1995/B2/DT.01.00/2025, antara Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan dengan STIKEP PPNI Jawa Barat sebagai institusi pelaksana. Seluruh dana yang diterima digunakan secara bertanggung jawab untuk mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat, meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan intervensi, evaluasi, hingga penyusunan laporan dan publikasi hasil kegiatan.

Melalui dukungan pendanaan ini, program SILVER CARE dapat berjalan sesuai rencana dan mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan interaksi sosial dan kesejahteraan emosional lansia di lingkungan panti sosial.

Daftar Pustaka

1. Afridah, W., Ekawati, L., Munjidah, A., Noventi, I., Winoto, P. M. P., & Zahroh, C. (2020). Quality of life pada lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 6(2), 248–252.
2. Agusthia, M., Ananda, M. L., Eliawati, U., Manurung, M., Miscellia, D., Noer, R. M., & Simanjuntak, N. (2025). Penerapan art dan craft activity sebagai kegiatan sosial untuk lansia di Perumahan Taman Yose Kelurahan Sambau. *Initium Community Journal*, 5(2), 46–52.
3. Aina, S. I. N., Aisah, N., Anggraini, A., Ansor, Habibi, A., & Tasalim, R. (2023). Terapi aktivitas kelompok jigsaw puzzle game untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial lansia di Desa Lok Baintan Dalam RT 02 Kabupaten Banjar. *Jurnal Batik Mu*, 3(1), 18–22.
4. Anggraeni, F., Rahayu, D., & Pramudito, T. (2022). Hubungan aktivitas sosial dengan kualitas hidup lansia di panti sosial. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 37–45.
5. Anggraeni, F., Sari, N. P., & Lestari, W. (2022). Community-based art therapy for elderly well-being: Social interaction approach in social institutions. *Journal of Gerontological Nursing*, 48(6), 22–30.
6. Aniqotunnajma, A. N., Azzahra, R. P., Julia, C., Maharani, R. P., Mahfud, A., & Muslikah. (2024). Pengembangan konseling komunitas dengan teknik art therapy untuk meningkatkan kebahagiaan lansia. *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(4), 229–232.
7. Ahnafani, M. N., Anshori, M., Susanti, A., & Rahman, S. (2024). Terapi modalitas bermain puzzle pada lansia di Wisma Kenanga Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Budi Sejahtera Banjarbaru. *Jurnal* ..., 2(4), 221–226. (*Catatan: nama jurnal tidak tersedia di sumber asli*)¹
8. Butler, R. N., & Lewis, M. I. (2020). *Aging and mental health: Positive psychosocial interventions*. Springer Publishing Company.
9. Butler, R. N., & Lewis, M. I. (2020). *Aging and mental health: Positive psychosocial stimulation in later life*. Springer.
10. Djuari, L., Robbani, T. N., Rahman, H. R., Untono, R. H., Rahmanda, A. F., Rachkutho, T., Pratama, M. H. R., & Romansyah, A. S. (2025). Peningkatan kualitas hidup lansia di Desa Sadar Tengah, Kecamatan Mojoanyar, Mojokerto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(12), 5673–5680.
11. Ezalina, E., Nurmalia, N., & Widya, M. (2023). Kesejahteraan psikologis pada lansia ditinjau dari faktor fisik dan sosial. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 7(1), 23–31.
12. Galassi, F., Merizzi, A., D'Amen, B., & Santini, S. (2022). Creativity and art therapies to promote healthy aging: A scoping review. *IRCCS INRCA – National Institute of Health and Science on Aging*.
13. Hidayati, N., & Choliq, M. (2023). Self-efficacy dan kesejahteraan psikologis lansia di panti werdha. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(1), 55–64.
14. Ho, A. H. Y., Ma, S. H. X., Tan, M. K. B., Bajpai, R., Goh, S. S. N., Yeo, G., Teng, A., Yang, Y., Galéry, K., & Beauchet, O. (2023). Effects of participatory art-based activity on health of older community-dwellers: Results from a randomized control trial of the Singapore A-Health Intervention. *Frontiers in Medicine*, 10.

¹

15. Iqbal, M., Mu'alim, A., & Putra, Y. (2023). Hubungan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia di Desa Ceurih Kecamatan Ulle Kareng Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1(3), 247–255.
16. Kaimal, G., Ray, K., & Muniz, J. (2019). Reduction of cortisol levels and participants' responses following art making. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 36(2), 74–80.
17. Kamilah, S., Lukman, Z. A., & Rahman, S. (2024). Studi literatur: Strategi meningkatkan kualitas hidup pada lansia. *Journal of Psychology*, 1(2), 77–83.
18. Kim, H. J., Lee, M., & Park, S. (2021). Effects of aromatherapy and classical music on stress and social connectedness in the elderly. *Complementary Therapies in Medicine*, 57, 102–124.
19. Luqyana, B. S., & Wahyuni, E. S. (2024). Pengaruh art and craft activity terhadap kualitas hidup lansia di Desa Donohudan, Kecamatan Ngemplak, Boyolali. *Jurnal Terapi Wicara dan Bahasa*, 3(1), 183–192.
20. Maharani, R. P., Azzahra, R. P., Aniqotunnajma, A. N., Julia, C., Muslikah, & Mahfud, A. (2024). Pengembangan konseling komunitas dengan teknik art therapy untuk meningkatkan kebahagiaan lansia. *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(4), 229–232.
21. Noviyanti, L., & Rohman, A. F. (2025). Terapi teman sebaya untuk meningkatkan interaksi sosial pada lansia penyakit kronis: Literature review. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 6975–6984.
22. Septiarini, N. L. A. (2024). Pengaruh cognitive stimulation therapy puzzle terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lanjut usia. *Jurnal Aliansi Keperawatan Indonesia*, 1(1), 30–37.
23. Setyowati, S., Iskandar, E., Supatmi, Tursilowati, S. Y., & Suyatno. (2024). Edukasi interaksi sosial pada keluarga lansia sebagai upaya peningkatan kualitas hidup lansia. *Journal of Community Empowerment*, 6(3), 94–101.
24. World Health Organization. (2023). *World report on healthy ageing*.