

Terapi Aktivitas Kelompok: Terapi *Life Review* Pada Lansia di Panti Werdha RPUK Muara Kasih Bogor untuk Meningkatkan Ego Integrity Lansia

Siti Rochani
 Akademi Keperawatan Yatna Yuana Lebak
 E-mail: rochanisiti105@gmail.com
 *Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.7235>

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 19 Jun 2026

Revised: 25 Jun 2026

Accepted: 03 Jul 2026

Kata Kunci:

life review, ego integrity, lansia, panti werdha, terapi aktivitas kelompok

Keywords:

ego integrity, elderly, life review, group activity therapy, nursing home,



ABSTRACT

Lansia yang tinggal di panti werdha memiliki risiko depresi lebih tinggi dibandingkan lansia yang tinggal bersama keluarga, akibat perubahan peran sosial dan keterbatasan interaksi keluarga. Menurut teori psikososial Erikson, lansia berada pada tahap integritas ego versus keputusasaan (ego integrity vs despair), sehingga memerlukan refleksi diri menyeluruh terhadap perjalanan hidupnya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan ego integrity lansia penghuni RPUK Muara Kasih Bogor melalui Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) dengan pendekatan life review. Kegiatan dilaksanakan pada 24 lansia (16 perempuan, 8 laki-laki) berusia 60–82 tahun. Kegiatan dilaksanakan dengan 3 tahap, tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Pada tahap pelaksanaan lansia diajak untuk menceritakan kembali perjalanan hidupnya secara kronologis, mulai dari masa kecil hingga proses adaptasi tinggal di panti yang terbagi menjadi 4 sesi dan dilakukan selama 2 hari dengan waktu masing-masing sesi 40 menit. Hasil kegiatan menunjukkan seluruh peserta mampu mengikuti rangkaian sesi terapi dan mengalami peningkatan ego integrity, ditandai dengan penerimaan yang lebih baik terhadap riwayat hidup, kemampuan menceritakan pengalaman masa lalu tanpa penyesalan berlebihan, serta sikap lebih tenang dalam menjalani kehidupan di panti. Terapi ini terbukti sebagai intervensi psikososial nonfarmakologis yang efektif, mudah diterapkan, dan berbiaya rendah, sehingga direkomendasikan diterapkan secara rutin di panti werdha untuk mendukung pencapaian ego integrity lansia secara berkelanjutan.

Elderly individuals residing in nursing homes are at a higher risk of depression compared to those living with their families, owing to changes in social roles and limited family interaction. According to Erikson's psychosocial theory, older adults occupy the developmental stage of ego integrity versus despair, which necessitates comprehensive self-reflection on their life journey. This community service activity aimed to enhance ego integrity among elderly residents of RPUK Muara Kasih, Bogor, through Group Activity Therapy (GAT) employing a life review approach. The activity involved 24 elderly participants (16 women, 8 men) aged 60–82 years. The activity was conducted in three stages: preparation, implementation, and evaluation. During the implementation stage, participants were guided to recount their life journeys chronologically, from childhood through the process of adaptation to living in the nursing home, which was divided into four sessions conducted over two days, with each session lasting 40 minutes. The results indicated that all participants were able to complete the entire series of therapy sessions and demonstrated an improvement in ego integrity, as evidenced by greater acceptance of their life history, the ability to recount past experiences without excessive regret, and a calmer disposition in facing daily life within the institution. This therapy proved to be an effective, easily implemented, and low-cost non-pharmacological psychosocial intervention, and is therefore recommended for routine application in nursing homes to support the sustainable achievement of ego integrity among the elderly.



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

How to Cite: Siti Rochani (2026), Terapi Aktivitas Kelompok: Terapi *Life Review* Pada Lansia di Panti Werdha RPUK Muara Kasih Bogor untuk Meningkatkan Ego Integrity Lansia, 5(1). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.7235>

PENDAHULUAN

Pertambahan jumlah penduduk lansia merupakan fenomena global yang sedang dihadapi hampir seluruh negara di dunia. Berdasarkan data *World Health Organization*, (WHO), (2022), jumlah penduduk berusia 60 tahun ke atas pada tahun 2020 mencapai lebih dari 1 miliar orang dan diperkirakan akan meningkat menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050. Kondisi ini menunjukkan adanya transisi demografis yang signifikan, di mana peningkatan angka harapan hidup tidak diikuti dengan kesiapan sosial, ekonomi, maupun kesehatan masyarakat dalam menghadapi populasi lansia yang semakin besar. Lansia tidak hanya menjadi kelompok usia lanjut, tetapi juga kelompok rentan yang membutuhkan perhatian khusus dalam aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual (Maydinar et al., 2024). Pada kawasan Asia, fenomena penuaan populasi berlangsung lebih cepat dibandingkan wilayah lain. Menurut *United Nations Population Fund*, (UNFPA), (2023), negara-negara di Asia Timur dan Asia Tenggara, termasuk Indonesia, mengalami percepatan jumlah lansia akibat keberhasilan program kesehatan dan penurunan angka kelahiran. Jumlah lansia di Asia diproyeksikan mencapai lebih dari 900 juta jiwa pada tahun 2050. Tantangan utama yang dihadapi wilayah Asia adalah bagaimana menciptakan sistem pelayanan sosial dan kesehatan yang ramah lansia serta mendukung mereka untuk tetap aktif, sehat, dan berdaya (Hutaperi et al., 2024).

Jumlah penduduk lansia di Indonesia terus meningkat secara signifikan. Berdasarkan data (Badan Pusat Statistik (BPS), 2020), jumlah lansia mencapai 10,48% dari total populasi atau sekitar 29,3 juta jiwa. Provinsi Jawa Barat termasuk salah satu daerah dengan populasi lansia tertinggi di Indonesia. Kondisi ini menuntut adanya penanganan yang komprehensif terhadap kebutuhan lansia, baik dari segi kesehatan fisik maupun mental. Lansia di Indonesia umumnya menghadapi berbagai permasalahan seperti penyakit kronis, keterbatasan aktivitas fisik, isolasi sosial, dan penurunan fungsi kognitif, yang jika tidak ditangani dengan tepat dapat menurunkan kualitas hidup mereka (Ramadhan et al., 2025).

Permasalahan yang dihadapi lansia tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga mencakup aspek psikologis dan sosial. Banyak lansia mengalami perasaan kesepian, kehilangan peran sosial, penurunan harga diri, dan rasa tidak berguna. Menurut Nancye et al., (2022), perubahan peran sosial setelah pensiun, kehilangan pasangan hidup, serta berkurangnya interaksi sosial dapat menyebabkan lansia mengalami krisis identitas dan penurunan *ego integrity*. *Ego integrity* merupakan kemampuan lansia untuk menerima kehidupan masa lalunya dengan rasa puas dan tanpa penyesalan. Kegagalan mencapai tahap ini dapat menyebabkan munculnya perasaan putus asa (*despair*), penyesalan, dan kecemasan menghadapi kematian (Erikson, 1968) dalam (Hidayat et al., 2022).

Salah satu upaya yang terbukti efektif dalam meningkatkan *ego integrity* lansia adalah melalui terapi *life review*. Terapi *life review* merupakan bagian dari terapi aktivitas kelompok yang berfokus pada refleksi pengalaman hidup individu secara mendalam untuk menemukan makna dan penerimaan diri. Menurut Nancye et al., (2022), *life review* dapat membantu lansia memahami perjalanan hidup mereka, menilai pengalaman baik dan buruk, serta merekonsiliasi konflik masa lalu. Aktivitas ini menimbulkan rasa bangga, kedamaian batin, dan meningkatkan penerimaan diri terhadap kehidupan yang telah dijalani. Selain itu, *life review* juga memperkuat hubungan sosial antar lansia melalui berbagi pengalaman yang bermakna dalam suasana kelompok yang suportif.

Berbagai penelitian menunjukkan efektivitas terapi *life review* dalam meningkatkan *ego integrity*. Studi yang dilakukan oleh Paula et al., (2025), menunjukkan bahwa lansia yang mengikuti terapi *life review* secara signifikan mengalami peningkatan dalam penerimaan diri, penurunan kecemasan terhadap kematian, dan peningkatan kesejahteraan psikologis. Penelitian serupa oleh Nuryanti et al., (2023), juga menemukan bahwa terapi aktivitas kelompok dengan pendekatan *life review* dapat memperkuat hubungan sosial antar lansia, meningkatkan rasa percaya diri, dan memperbaiki citra diri. Hasil penelitian tersebut memperkuat bahwa *life review* bukan hanya sekadar kegiatan mengenang masa lalu, melainkan sebuah proses terapeutik yang mampu memperkuat integritas ego dan kesejahteraan mental lansia.

Berdasarkan fenomena tersebut, penting dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penerapan terapi aktivitas kelompok dengan metode *life review* pada lansia di Panti Werdha RPUK Muara Kasih Bogor. Kegiatan ini diharapkan dapat membantu lansia untuk lebih menerima

kehidupannya, memahami makna dari setiap pengalaman yang telah dilalui, serta mencapai tingkat *ego integrity* yang lebih tinggi. Melalui interaksi sosial dalam kelompok, lansia juga diharapkan dapat mengembangkan rasa saling menghargai dan dukungan emosional antar sesama. Dengan demikian, permasalahan utama yang ingin dijawab dalam kegiatan ini adalah bagaimana pelaksanaan terapi aktivitas kelompok dengan pendekatan *life review* dapat membantu meningkatkan *ego integrity* pada lansia di Panti Werdha RPUK Muara Kasih Bogor. Selain itu, kegiatan ini juga berupaya mengidentifikasi dampak positif terapi terhadap kesejahteraan psikologis dan hubungan sosial lansia setelah mengikuti program.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan sebagai implementasi keperawatan gerontik untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia melalui pendekatan non farmakologis. Sasaran. Peserta kegiatan adalah 24 lansia (≥ 60 tahun) di Panti Werdha RPUK Muara Kasih Bogor, yang dipilih berdasarkan kriteria kemampuan komunikasi baik, tidak mengalami gangguan kognitif berat, dan bersedia mengikuti seluruh sesi kegiatan. Dasar Permasalahan. Sebagian besar lansia di panti mengalami kesepian, kehilangan peran sosial, serta penurunan fungsi fisik-kognitif yang berkontribusi pada perasaan putus asa dan penyesalan terhadap masa lalu (*despair*). Terapi *life review* dipilih sebagai intervensi untuk membantu lansia menemukan makna hidup dan mencapai penerimaan diri secara positif.

Waktu dan Tempat. Kegiatan berlangsung selama 4 hari pada bulan Januari 2026 di Panti Werdha RPUK Muara Kasih, Kota Bogor, meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi, dengan empat kali pertemuan rata-rata 45 menit. Metode dan Media, Pendekatan partisipatif diterapkan melalui terapi aktivitas kelompok berbasis *life review*, memanfaatkan foto kenangan, musik nostalgia, lembar refleksi diri, dan video inspiratif untuk menstimulasi memori jangka panjang. Pelaksanaan tindakan dirangkum dalam protokol terapi *life review*.

Tabel 1. Protokol Terapi *Life review* Pada Lansia

No.	Tahapan Kegiatan	Tujuan	Kegiatan yang Dilakukan	Durasi (menit)	Keterangan
1	Persiapan Dan pembukaan	Menentukan peserta dan menyiapkan lingkungan yang kondusif	1) Menyeleksi lansia sesuai kriteria inklusi 2) Menyusun jadwal kegiatan 3) Menyiapkan alat bantu seperti foto lama, musik, atau benda pribadi 4) Menyiapkan ruang nyaman dan tenang	Hari 1	Dilakukan sebelum sesi dimulai

2	Pelaksanaan	Menciptakan suasana akrab dan memahami tujuan kegiatan Mengajak lansia meninjau kembali pengalaman hidup bermakna	<ol style="list-style-type: none"> 1) Fasilitator memperkenalkan diri dan tujuan terapi 2) Menjelaskan aturan dasar dan etika 3) Melakukan <i>ice breaking</i> ringan 4) Fasilitator memandu diskusi berdasarkan tema: <ol style="list-style-type: none"> 1) Sesi 1: Pengenalan diri dan masa muda 2) Sesi 2: Pengenalan penting Hidup 3) Sesi 3: refleksi masa sulit & pembelajaran hidup 4) Sesi 4: penutupan & makna kehidupan. 	@40 menit	Dilakukan selama 2 hari
3	Evaluasi	Menilai efektivitas terapi terhadap ego integrity lansia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fasilitator menyimpulkan nilai positif yang muncul pada lembar observasi 2. Memberikan penguatan dan ucapan terima kasih 3. Membuat catatan perkembangan peserta 	-	Setelah seluruh sesi selesai

Strategi Pelaksanaan. Kegiatan menggabungkan pendekatan edukatif (edukasi pentingnya penerimaan diri), terapeutik (suasana empatik dan suportif), dan partisipatif (keterlibatan aktif lansia), didukung kolaborasi tim pengabdian, pengurus panti, dan mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Peserta

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) dengan pendekatan *life review* dilaksanakan pada 24 orang lansia penghuni RPUK Muara Kasih Bogor, terdiri atas 16 lansia perempuan dan 8 lansia laki-laki dengan rentang usia 60–82 tahun. Rentang usia tersebut menempatkan seluruh peserta pada tahap perkembangan psikososial akhir menurut Erikson, yaitu *ego integrity versus despair*, di mana lansia dituntut melakukan refleksi diri secara menyeluruh terhadap perjalanan hidupnya agar dapat menghadapi masa tua dan kematian dengan rasa bangga, bukan penyesalan (Anggun et al., 2023). Proporsi populasi lanjut usia di Indonesia yang terus meningkat setiap tahunnya menjadikan isu kesejahteraan psikologis lansia, khususnya yang tinggal di institusi seperti panti werdha, sebagai persoalan yang semakin mendesak untuk ditangani secara sistematis (Zahro et al., 2025). Lansia yang tinggal di panti diketahui memiliki tingkat kerentanan psikologis, khususnya risiko depresi, yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang tinggal bersama keluarga, karena perubahan peran sosial, kehilangan pekerjaan, serta keterbatasan interaksi dengan sanak keluarga yang dialami setelah tinggal di panti (Najah & Aryati, 2024).

Secara konseptual, *life review* therapy pertama kali dikemukakan oleh Butler pada tahun 1963 sebagai suatu proses evaluatif yang berakar dari *reminiscence*, yakni proses alami mengingat kembali memori masa lalu yang lazim terjadi pada masa lanjut usia (Butler, 1963, dalam Jiang et al., 2024). Berbeda dengan *reminiscence* umum yang bersifat sekadar mengenang, *life review* menuntut lansia untuk melakukan evaluasi mendalam terhadap peristiwa hidupnya, baik yang bersifat positif maupun

negatif, guna mengintegrasikan pengalaman tersebut menjadi satu kesatuan makna hidup yang utuh (Jiang et al., 2024). Proses integrasi inilah yang menurut kerangka psikososial Erikson dan Erikson merupakan jalan utama menuju pencapaian *ego integrity*, yakni kondisi psikologis dimana individu mampu menerima kehidupannya apa adanya tanpa disertai penyesalan berlebihan (Erikson & Erikson, 1998, dalam Tsai et al., 2025). Kajian integratif terbaru mengenai *life review* pada lansia menegaskan bahwa proses refleksi dan integrasi peristiwa hidup yang berhasil dilakukan dapat bersifat katarsis serta terapeutik, khususnya bagi lansia yang berada pada fase kehidupan yang lebih dekat dengan kematian (Jiang et al., 2024).

Proses Pelaksanaan Terapi Life Review

Pelaksanaan terapi *life review* terbagi menjadi 3 (tiga) tahap. Tahap pertama yaitu tahap persiapan, menyeleksi peserta berdasarkan kriteria inklusi, lansia yang aktif dan dapat berkomunikasi dengan baik didapatkan 24 peserta dan dibagi menjadi 6 kelompok setiap kelompok terdiri dari 5 orang, tahap ini juga melakukan persiapan alat bantu seperti foto lama, musik (lagu-lagu nostalgia), menyiapkan ruangan yang nyaman, perkenalan diri fasilitator dan seluruh peserta dan penjelasan tujuan terapi, aturan dasar terapi dan etika serta melakukan *ice breaking* dengan menyanyi bersama. Tahap kedua yaitu pelaksanaan, kegiatan yang dilakukan adalah memandu pelaksanaan *life review*, kegiatan dilaksanakan selama 2 hari dan setiap kegiatan dilakukan selama 45 menit. yang terdiri dari 4 sesi. Sesi pertama dan kedua menceritakan masa kecil dan keluarga serta pengalaman penting hidup, sesi ke tiga dan ke empat pada hari ke dua menceritakan refleksi masa sulit dan pembelajaran hidup serta makna kehidupan. Tahap ke 3 yaitu penutup, kegiatan yang dilakukan adalah fasilitator menyimpulkan nilai positif yang muncul, memberikan penguatan dan relaksasi ringan (bernyanyi lagu kenangan “Buat apa susah” dari Koes Plus). Menilai efektifitas terapi *life review* terhadap *ego integrity* dilakukan untuk mengevaluasi hasil terapi aktivitas kelompok yang telah disediakan.

Selama pelaksanaan kegiatan, seluruh peserta terbukti mampu mengikuti rangkaian sesi terapi dan mampu menceritakan kembali kisah hidupnya secara berurutan, mulai dari masa kecil, masa remaja dan dewasa, masa bekerja, hingga proses adaptasi menjalani kehidupan di panti RPUK Muara Kasih. Kemampuan peserta dalam menyusun narasi hidup secara kronologis ini sejalan dengan prinsip dasar *life review* yang menekankan proses evaluasi retrospektif yang terstruktur, bukan sekadar mengingat memori secara acak (Tsai et al., 2025). Pendekatan *reminiscence* yang terstruktur dalam bentuk kelompok juga terbukti memberikan manfaat emosional berupa peningkatan rasa percaya diri, perasaan dihargai, serta penguatan ikatan sosial antar penghuni panti, sebagaimana ditemukan pada intervensi *reminiscence* di lingkungan panti asuhan lansia (Hikmah et al., 2025). Selain itu, pendekatan berbasis Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada lansia di wilayah Jakarta Timur turut mengonfirmasi bahwa proses bercerita dan berbagi pengalaman hidup dalam setting kelompok dapat berjalan efektif pada populasi lansia panti (Laela & Hartati, 2023).

Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa tingkat *ego integrity* peserta mengalami peningkatan setelah mengikuti seluruh rangkaian sesi terapi *life review*, yang ditandai dengan sikap penerimaan yang lebih baik terhadap riwayat hidup, kemampuan menceritakan pengalaman masa lalu tanpa disertai penyesalan berlebihan, serta sikap yang lebih tenang dalam menjalani kehidupan di panti. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Hasibuan & Daulina, (2021), lansia mampu beradaptasi dan mencapai integritas diri dengan baik setelah diberikan TKT lansia selama 6 sesi, sejalan dengan teori tumbuh kembang Erik Erikson di mana pada usia lanjut, lansia diharapkan sudah mencapai integritas dirinya. Dukungan lebih lanjut diperoleh dari kajian integratif terbaru yang menegaskan bahwa keberhasilan integrasi dan refleksi peristiwa hidup memungkinkan lansia mencapai *ego integrity* sebagaimana dijelaskan dalam tahapan psikososial Erikson, serta dari studi eksperimental terbaru yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis *life review* efektif meningkatkan fungsi adaptif lansia yang tinggal sendiri maupun di institusi (Al-ghafri & Al-mahrezi, 2021).

Peningkatan *ego integrity* yang teramati pada peserta dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme psikologis yang telah diidentifikasi dalam literatur terkini. Meta-analisis terbaru secara konsisten menunjukkan bahwa *life review therapy* efektif menurunkan gejala depresi sekaligus meningkatkan kepuasan hidup lansia (Lin, dkk., 2024; Pinguart, 2024, dalam Tsai et al., 2025), dan bahwa efek tersebut turut diperantarai oleh peningkatan kesejahteraan psikologis serta penguatan identitas diri dan keterhubungan sosial lansia. Selain itu, proses retrospeksi hidup yang melibatkan penerimaan terhadap rasa syukur maupun penyesalan diketahui berperan sentral dalam pembentukan

ego integrity pada masa dewasa akhir, karena rasa syukur memfasilitasi penilaian ulang yang positif, regulasi emosi, serta penerimaan terhadap keterbatasan hidup yang melekat pada usia lanjut. Mekanisme ini relevan dengan proses yang teramati pada peserta di RPUK Muara Kasih, di mana penceritaan kembali seluruh perjalanan hidup, termasuk pengalaman yang sulit, tampak berkontribusi terhadap penerimaan yang lebih baik terhadap kondisi kehidupan mereka saat ini (Talu, 2026).



Gambar 1. Kegiatan Terapi Aktivitas kelompok Life Review

Keberhasilan seluruh peserta dalam mengikuti dan menyelesaikan sesi terapi *life review* turut dipengaruhi oleh karakteristik pendekatan kelompok yang digunakan. Pendekatan kelompok memungkinkan terciptanya dukungan sosial antar peserta, di mana lansia dapat saling mendengarkan dan memvalidasi pengalaman hidup satu sama lain, sebagaimana ditemukan pada intervensi *reminiscence* yang dikombinasikan dengan aktivitas fisik ringan yang berhasil meningkatkan *spiritual well-being* sekaligus menurunkan rasa kesepian lansia (Ren et al., 2021). Observasi lapangan pada lansia di Griya Lansia Husnul Khatimah turut menunjukkan bahwa proses mengenang kembali pengalaman hidup dalam setting kelompok berkontribusi terhadap peningkatan kebahagiaan dan penerimaan diri (Khoirunnisa & Nurchayati, 2023), sementara penelitian lain menegaskan bahwa penggabungan pendekatan *reminiscence* dengan aktivitas pendukung lain, seperti *therapeutical garden*, mampu menurunkan tingkat stres lansia sekaligus meningkatkan penerimaan diri mereka (Safrudin et al., 2025).

Meskipun hasil kegiatan menunjukkan peningkatan *ego integrity* secara umum, proses *life review* tidak selalu berjalan tanpa tantangan bagi setiap lansia. Kajian integratif terbaru mengingatkan bahwa apabila terdapat banyak penyesalan dan konflik yang belum terselesaikan dalam perjalanan hidup seseorang, proses refleksi ini berpotensi memicu kesulitan psikologis, alih-alih mendorong penerimaan diri (Jiang, dkk., 2024). Studi kualitatif terbaru pada lansia di Turki turut menegaskan bahwa penyesalan merupakan salah satu dimensi penting yang mempengaruhi pencapaian *ego integrity*, sehingga proses evaluasi hidup perlu difasilitasi secara hati-hati agar tidak memperkuat perasaan bersalah atau kecewa. Sejalan dengan hal tersebut, lansia yang tinggal di panti diketahui memiliki risiko depresi yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang tinggal bersama keluarga, sehingga pendampingan oleh fasilitator terlatih selama sesi *life review* berlangsung menjadi faktor penting untuk memastikan proses refleksi mengarah pada penerimaan diri, bukan pada penguatan penyesalan (Najah & Aryati, 2024).

Implikasi bagi Panti Werdha RPUK Muara Kasih Bogor

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa terapi *life review* dapat menjadi salah satu intervensi psikososial nonfarmakologis yang efektif, mudah diterapkan, dan berbiaya rendah untuk mendukung pencapaian *ego integrity* lansia secara rutin di lingkungan panti werdha. Rekomendasi penerapan rutin ini sejalan dengan simpulan penelitian pada lansia di panti sosial yang menyatakan bahwa lansia dapat mencapai integritas *ego* melalui integrasi dan refleksi peristiwa hidup yang berhasil, sementara yang gagal mengintegrasikan peristiwa hidupnya dan meninggalkan konflik yang belum terselesaikan dapat terjebak atau mengalami kembali tahap sulit tersebut berulang kali (Miyawaki et al., 2025), serta dengan temuan bahwa *reminiscence therapy* sebaiknya diimplementasikan secara rutin sebagai bagian dari upaya peningkatan kesejahteraan mental lansia di panti (Hikmah, dkk., 2025). Selain aspek biaya yang relatif murah dan fleksibilitas pelaksanaan yang dapat dilakukan di berbagai tempat, terapi berbasis refleksi hidup juga dapat dikombinasikan dengan pendekatan spiritual untuk lebih meningkatkan dimensi spiritualitas lansia, yang turut menjadi salah satu domain penting dalam pencapaian *ego integrity* menurut kerangka psikososial Erikson (Auliya et al., 2023).

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, pembahasan di atas menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi *life review* pada 24 lansia di RPUK Muara Kasih Bogor berhasil meningkatkan ego integrity peserta, yang ditandai dengan kemampuan seluruh peserta menceritakan perjalanan hidupnya secara utuh dari masa kecil hingga kondisi saat ini di panti, disertai sikap penerimaan diri yang lebih baik. Temuan ini konsisten dengan sejumlah bukti ilmiah terbaru yang menegaskan efektivitas *life review* dan reminiscence therapy dalam memfasilitasi pencapaian ego integrity, penurunan gejala depresi, serta peningkatan kesejahteraan psikologis lansia, khususnya pada populasi lansia yang tinggal di institusi panti werdha. Dengan demikian, terapi *life review* layak dipertimbangkan sebagai program intervensi psikososial berkelanjutan di RPUK Muara Kasih Bogor guna mendukung pencapaian tugas perkembangan psikososial akhir lansia secara optimal

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Direktur Akademi Keperawatan Yatna Yuana Lebak yang telah memberikan izin dan memberikan dana dalam pengabdian kepada masyarakat
2. Kepala RPUK Muara Kasih yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat
3. Seluruh peserta lansia di RPUK Muara Kasih Bogor yang telah bersedia menjadi responden dalam pengabdian kepada masyarakat
 4. Mahasiswa-mahasiswi tingkat III kelompok RPUK Muara Kasih yang telah membantu dalam melakukan pengabdian masyarakat ini

REFERENSI

- Al-ghafri, B. R., & Al-mahrezi, A. (2021). Review Effectiveness of *life review* on depression among elderly: a systematic review and meta-analysis. *PanAfrican Medical Journal*. https://www.researchgate.net/publication/356371829_Effectiveness_of_life_review_on_depression_among_elderly_a_systematic_review_and_meta-analysis
- Anggun, C., Herman, D. F., Fatmawati, H. S. D., Ketut, I. M., Sutarto, & Wicaksono, I. (2023). Perkembangan Psikososial Lansia terhadap Peningkatan Sikap Mandiri dan Fungsi Kognitif. *Jurnal basicedu*, 7(6), 3616–3621. <https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/download/6479/3081/22892>
- Auliya, I. R., Afrinaldi, Sesmiarni, Z., & Yarni, L. (2023). Ego Integrity Pada Lansia Di Korong Puncu Ruyung Nagari Batu Kalang, Kec. Padang Sago, Kab. Padang Pariaman. *Journal of Social Humanities and Education*. <https://journal-stiayappimakassar.ac.id/index.php/Concept/article/download/251/258>
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*.
- Hasibuan, S. Y., & Daulina, N. H. C. (2021). Potensi terapi kelompok terapeutik lansia pada perkembangan psikososial: studi literatur. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 9(2), 493–500. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/7505/pdf>
- Hidayat, A. A., Permata, A. M. I., Eka, A. J. I., Awalinni, A., & Rohma, N. (2022). Analisis Eksplorasi Penyebab dan Dampak Loneliness Pada lansia Wanita yang Tinggal di Perkotaan. *Journal Flourishing*, 2(3), 193–200. <https://doi.org/10.17977/um070v2i32022p193-200>
- Hikmah, S., Nursuada, S. S., Hayani, F. N., & Annisa, I. (2025). Peran Terapi Reminiscence sebagai Upaya untuk Memelihara Fungsi Memori pada Lansia Yayasan Panti Asuhan Al-Hikmah. *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3. <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Obsesrvasi/article/view/896>
- Hutaperi, B., Jamil, A. R., & Dewi, S. (2024). Pemberian Edukasi “Lansia Terawat , Indonesia Bermartabat ” Hari Lanjut Usia Nasional (HLUN) 2024. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (Jurabdikes)*, 24–31. <https://journal.scientic.id/index.php/asci/issue/view/16>
- Jiang, V., Galin, A., & Lea, X. (2024). *Life review* for older adults: an integrative review. *Psychogeriatrics*, 24(6), 1402–1417. <https://doi.org/10.1111/psyg.13194>
- Khoirunnisa, R., & Nurchayati. (2023). Kesejahteraan Subjektif pada Lanjut Usia Terlantar. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 14(1), 124–140. https://www.researchgate.net/publication/368827886_Kesejahteraan_Subjektif_pada_Lanjut_Usi

a_Terlantar

- Laela, S., & Hartati, S. (2023). Terapi Kelompok Terapeutik Lansia Efektif Meningkatkan kemampuan Adaptasi dan Perkembangan Integritas Diri Lansia. *Manuju (Malahayati Nursing Journal)*, 5, 3990–4000. [https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/view/12095/Download Artikel](https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/view/12095/DownloadArtikel)
- Maydinar, D. D., Supriyanto, G., Meifora, V., & Rahmawati, I. (2024). Interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia di wilayah kerja puskesmas kecamatan kedurang. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 10(02), 218–231. <https://ejournalstikeskesdamudayana.ac.id/index.php/jmu/index>
- Miyawaki, C. E., McClellan, A., Bouldin, E. D., Brohard, C., & Kunik, M. E. (2025). Life review Intervention Delivered by Family Caregivers of People Living with Dementia Improves Depression: A Mixed-Methods Study. *Gerontological Society of Amerika (GSA)*, May. <https://academic.oup.com/innovateage/article/9/6/igaf053/8145500>
- Najah, S. N., & Aryati, D. P. (2024). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Tingkat Depresi Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lansia Bojongsata Pemalang. *Kajen Jurnal penelitian dan Pengembangan Pembangunan*, 8(2), 88–96. <https://www.researchgate.net/publication/392380111G>
- Nancye, P. M., Husni, A., & Sawitri, D. R. (2022). Peningkatan Integritas Diri Lansia Melalui Life Review. *Jurnal Keperawatan*, 14, 163–170. https://www.researchgate.net/publication/367686521_Peningkatan_Integritas_Diri_Lansia_melalui_Life_Review
- Nuryanti, L., Simamora, R. S., Serilus, B., Dedu, S., & Amir, N. (2023). Penerapan Model Terapi Aktivitas Kelompok Sebagai Alat Komunikasi tentang Stimulasi Persepsi Terhadap Peningkatan Harga Diri Lansia Application of the Group Activity Therapy Model as a Communication Tool Regarding Stimulation of Perceptions to Increase Se. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 252–258. <https://jurnalkesehatanstikesnw.ac.id/index.php/stikesnw/article/view/161/104>
- Paula, V., A, M. M. Y., Hasibuan, S. Y., Ayu, M. V., Saputra, B. A., Olang, J., Debby, C., & Dewi, I. (2025). Life review terapi dalam menurunkan depresi dan Kecemasan pada Lansia. *Prosiding PKM-CSR*, 8, 1–6. <https://prosiding-pkmsr.org/index.php/pkmsr/article/view/2634/1444>
- Ramadhan, M. P., Rahmatika, Q. T., Masfi, A., Dewi, N. K., Habibulloh, F. N., Halizah, H. N., Ayu, D., & Yulianti, T. (2025). CARE (Comprehensive Assessment for Retirees and Elderly): Skrinig Kesehatan Pra Lansia dan Lansia Berbasis Komunitas. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 4(3), 307–316. <https://syadani.onlinelibrary.id/index.php/JS/article/view/332/257>
- Ren, Y., Tang, R., Sun, H., & Li, X. (2021). Original Article Intervention Effect of Group Reminiscence Therapy in Combination with Physical Exercise in Improving Spiritual Well-Being of the Elderly. *Iran J Public Health*, 50(3), 531–539. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8214600/pdf/IJPH-50-531.pdf>
- Safrudin, M. B., Widyastuti, D., Pratama, A. V., Febriani, W., Pinky, R. S., Fitriana, W., Adelia, Q., Zeca, A., Rivanssa, R., Juliana, A. I., Rheisya, S., & Rumba, D. R. (2025). Reminiscence Terhadap Kesejahteraan Psikologis Lansia: Sebuah Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2023), 14280–14290. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/download/51204/31749>
- Talu, E. (2026). Life satisfaction, regret, and death reflection among older adults in Turkey : a qualitative study within Erikson ' s framework of ego integrity. *Frontiers in Psychology*, April. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1745222>
- Tsai, P.-C., Chou, W.-H., & Liao, S. (2025). A randomized controlled trial study of a life review art intervention for older adults living alone. *Frontiers in Psychology*, November. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1669119>
- UNFPA. (2023). *Caring For Elders Institutional Responses India Ageing Report 2023*. https://india.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/20230926_india_ageing_report_2023_web_version_.pdf
- World Health Organization. (2022). *Noncommunicable diseases Progress Monitor 2022*. World Health Organization. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/db06a907-0d4b-43d7-a49a-a7eb3623e489/content>
- Zahro, Y. F., Ikhwan, M. N., Nikmah, N., & Rizkiya, H. (2025). Reminiscence sebagai Strategi untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Panti Jompo. *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*,

3. <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Obsesrvasi/article/view/1384/1653>