

Penguatan Ketahanan Psiko-Spiritual Lansia melalui Pendampingan Rohani Rutin di Panti Wreda Hanna Yogyakarta

Sulistiono¹ , Sapto Sunariyanti², Darmanto³

Sekolah Tinggi Theologia Nazarene Indonesia^{1,2,3}

sulistio@sttni.ac.id

Histori

Submitted : 18 Desember 2025

Revised : 16 April 2026

Accepted : 17 April 2026

Published : 30 Mei 2026

DOI

<https://doi.org/10.69668/josep.v3i1.170>

Deskripsi

Artikel ini merupakan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Pendampingan kepada para lansia yang dilaksanakan di Panti Wreda Hanna pada tanggal 8 September sampai 28 November 2025.

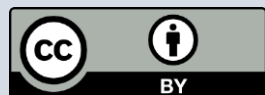
Sitasi

Sulistiono, S., Sunariyanti, S. ., & Darmanto, D. (2026). Penguatan Ketahanan Psiko-Spiritual Lansia melalui Pendampingan Rohani Rutin di Panti Wreda Hanna Yogyakarta. *Journal Of Society Empowerment Publications*, 3(1), 45–58.
<https://doi.org/10.69668/josep.v3i1.170>.

Copyright

©2026 by the authors.

Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license.



Abstract

The increasing elderly population raises complex psychological and spiritual challenges, particularly for older adults living in nursing homes who are vulnerable to loneliness, anxiety, and loss of meaning due to physical limitations and limited social support. This community service program aimed to strengthen the psycho-spiritual resilience of elderly residents through a structured and participatory spiritual accompaniment program at Panti Wreda Hanna Yogyakarta. Using a descriptive qualitative approach, the program involved needs assessment, module design, implementation, and reflective evaluation. Interventions were conducted for 10–12 weeks through communal prayer, personal spiritual guidance, group reflection, and psycho-spiritual education. Data were collected through participant observation, semi-structured interviews, and group reflections, then analyzed thematically. The findings showed increased inner peace, spiritual engagement, and social interaction, along with reduced loneliness and anxiety. The program also produced a spiritual accompaniment module that can be sustainably used by nursing home staff.

Keywords: *psycho-spiritual resilience; older adults; spiritual accompaniment; nursing home; community service*

Abstrak

Peningkatan populasi lansia menimbulkan tantangan psikologis dan spiritual yang kompleks, terutama bagi lansia yang tinggal di panti wreda dan rentan mengalami kesepian, kecemasan, serta kehilangan makna hidup akibat keterbatasan fisik dan rendahnya dukungan sosial. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan memperkuat ketahanan psiko-spiritual lansia melalui program pendampingan rohani yang terstruktur dan partisipatif di Panti Wreda Hanna Yogyakarta. Program dilaksanakan dengan pendekatan kualitatif deskriptif melalui asesmen kebutuhan, perancangan modul, implementasi kegiatan, dan evaluasi reflektif. Intervensi dilakukan selama 10–12 minggu dalam bentuk doa bersama, pendampingan personal, refleksi kelompok, serta edukasi spiritual dan psiko-sosial. Data diperoleh melalui observasi partisipatif, wawancara semi-terstruktur, dan refleksi kelompok, lalu dianalisis secara tematik. Hasil menunjukkan peningkatan rasa damai batin, keterlibatan rohani, dan interaksi sosial, serta penurunan kesepian dan kecemasan. Program ini juga menghasilkan modul pendampingan rohani yang dapat digunakan secara berkelanjutan oleh pengelola panti.

Kata kunci: ketahanan psiko-spiritual; lansia; pendampingan rohani; panti wreda; pengabdian kepada masyarakat

PENDAHULUAN

Perubahan demografis global menunjukkan peningkatan proporsi penduduk usia lanjut (≥ 60 tahun), termasuk di Indonesia, yang membawa konsekuensi kompleks pada aspek sosial, psikologis, kesehatan, dan spiritual lansia. Lansia sering mengalami penurunan fungsi fisik, keterbatasan aktivitas, serta pergeseran peran sosial, yang dapat mempertinggi risiko kesepian, kecemasan, serta penurunan kualitas hidup secara menyeluruh (Fadillah et al., 2025). Kondisi sosial kultural di panti jompo seperti Panti Wreda Hanna Yogyakarta juga menunjukkan fenomena serupa, di mana banyak lansia tinggal terpisah dari keluarga inti, mengalami keterbatasan dukungan sosial, serta tantangan dalam mempertahankan kesejahteraan batin. Selain itu, studi lokal di Yogyakarta menemukan bahwa sebagian lansia menunjukkan tingkat spiritualitas yang *sedang*, yang menggambarkan adanya kebutuhan akan pendampingan yang lebih intensif untuk menguatkan dimensi religius dan psikologis mereka (Nurfarhantya & Situmorang, 2024).

Secara psikologis dan spiritual, lansia berpotensi mengalami kecemasan, kehilangan makna hidup, dan kesepian yang mengganggu kesejahteraan mental dan emosional. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan spiritual memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis lansia; lansia yang memiliki dukungan spiritual cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik dan kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan yang kurang mendapatkan dukungan spiritual. Selain itu, literatur internasional juga menunjukkan bahwa spiritualitas dan ketahanan (*resilience*) berkorelasi positif dengan kepuasan hidup lansia, terutama dalam konteks penyakit kronis atau stres psikologis lainnya, sehingga aspek spiritual dapat menjadi mediator penting dalam meningkatkan kualitas hidup psikososial lansia (Zafari et al., 2023). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa intervensi yang fokus pada aspek religius dan spiritual perlu dikembangkan lebih sistematis dalam setting panti jompo.

Permasalahan yang diidentifikasi di Panti Wreda Hanna Yogyakarta adalah belum optimalnya pendampingan rohani yang terstruktur dan rutin yang mengintegrasikan pendekatan psikososial untuk memperkuat ketahanan psiko-spiritual lansia. Selama ini, kegiatan keagamaan atau rohani di panti masih bersifat insidental atau acak, tergantung pada kesempatan kunjungan dari pihak luar, sehingga belum memberikan dampak berkelanjutan terhadap kesejahteraan psikologis dan spiritual lansia. Permasalahan ini bersifat prioritas karena dapat memperburuk kondisi psikologis lansia seperti kecemasan, kesepian, dan penurunan makna hidup ketika kebutuhan spiritual tidak terpenuhi secara sistematis. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, PKM ini menawarkan solusi berupa pendampingan rohani rutin yang dirancang secara partisipatif dan kontekstual, dengan menggabungkan pendekatan spiritual formal (misalnya ibadah bersama, kajian rohani) dan aktivitas reflektif yang mendukung keterlibatan emosional serta makna hidup lansia. Program ini didukung oleh prinsip-prinsip psikologi perkembangan lansia dan pendekatan konseling rohani yang berfokus pada pemberdayaan lansia untuk memaknai pengalaman hidup mereka serta membangun sikap batin yang resilien, dimana banyak banyaknya perhatian yang diberikan pada berbagai topik kesehatan, terutama pada usia lanjut, tetapi melupakan dimensi spiritual kehidupan

(Shamsi & Shahidifar, 2025). Prosedur kerja meliputi (1) asesmen awal kebutuhan psiko-spiritual lansia, (2) perumusan modul kegiatan pendampingan rohani yang sesuai dengan latar belakang agama masing-masing peserta, (3) pelaksanaan sesi pendampingan secara berkala dan terjadwal, serta (4) evaluasi respons psikologis dan spiritual peserta terhadap kegiatan yang dilaksanakan.

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan secara kolaboratif antara tim pengabdian dengan pengelola panti dan lansia sebagai peserta aktif. Mitra panti berperan dalam penyediaan fasilitas, penjadwalan, serta pendampingan dalam pelaksanaan setiap sesi, sehingga mencerminkan keterlibatan mitra secara nyata dalam proses intervensi. Lansia dilibatkan dalam perencanaan aktivitas rohani yang sesuai dengan kebutuhan mereka, sehingga program tidak hanya bersifat *top-down*, tetapi mencerminkan partisipasi aktif dari komunitas lansia di panti. Target luaran dari kegiatan ini mencakup *output non-fisik* dan fisik yang terukur. Secara non-fisik, diharapkan terjadi peningkatan ketahanan psiko-spiritual lansia yang dapat diukur melalui indikator seperti penurunan kecemasan, peningkatan rasa damai batin, peningkatan makna hidup, serta peningkatan interaksi sosial positif antar penghuni panti. Secara fisik, salah satu luaran utama adalah tersusunnya modul pendampingan rohani lansia yang terdokumentasi dan dapat digunakan secara berkelanjutan oleh pengelola panti sebagai panduan kegiatan internal. Selain itu, produk luaran lain berupa dokumentasi kegiatan, laporan evaluasi, dan artikel ilmiah PKM akan dihasilkan untuk memperkuat keberlanjutan program serta memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu dan praktik pendampingan lansia di konteks panti sosial.

METODE PELAKSANAAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif sebagai landasan utama untuk menyusun artikel dan mengevaluasi pelaksanaan pendampingan rohani di Panti Wreda Hanna Yogyakarta. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti memahami secara mendalam pengalaman, makna, dan dinamika psiko-spiritual lansia berdasarkan narasi langsung partisipan dalam konteks kehidupan mereka yang nyata. Melalui pendekatan ini, fenomena sosial dipahami dalam setting alami dengan menempatkan perspektif subjektif lansia mengenai dampak intervensi spiritual terhadap kesejahteraan mereka sebagai fokus utama, tanpa memaksakan variabel yang diukur secara kuantitatif. Relevansi pendekatan ini juga diperkuat oleh temuan bahwa wawancara semi-terstruktur dan observasi partisipatif mampu mengungkap kebutuhan spiritual, sumber spiritual, dan pertumbuhan spiritual lansia yang kerap tidak terjangkau melalui pendekatan kuantitatif semata (Cheng et al., 2025).

Sebelum tahap pelaksanaan dan pengumpulan data, penelitian ini diawali dengan penyusunan modul pendampingan rohani secara partisipatif oleh tim peneliti bersama pendamping rohani dan pengelola panti melalui diskusi awal, wawancara eksploratif, dan observasi awal terhadap kebutuhan psiko-spiritual lansia. Proses ini dilakukan untuk memastikan bahwa materi dan pendekatan yang digunakan bersifat kontekstual, selaras dengan latar belakang keagamaan, kondisi psikologis, serta kebutuhan aktual peserta. Hasil perancangan tersebut berupa kerangka kegiatan yang terstruktur, meliputi tujuan intervensi,

materi utama, metode penyampaian, serta alur sesi pendampingan, termasuk penyusunan renungan harian lansia yang dapat dimanfaatkan baik oleh pendamping maupun oleh lansia secara mandiri. Meskipun pada bagian hasil disajikan ringkasan perubahan indikator dalam bentuk tabel, penelitian ini tidak menggunakan pendekatan kuantitatif maupun desain *mixed methods* secara formal; data yang ditampilkan tetap berasal dari hasil kategorisasi tematik berdasarkan observasi partisipatif, wawancara, dan refleksi kelompok, sedangkan tabel hanya berfungsi sebagai representasi deskriptif untuk memudahkan interpretasi perubahan pengalaman subjektif lansia, bukan sebagai hasil pengukuran statistik.

Analisis data dilakukan dengan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola pengalaman dan makna yang muncul dari narasi para lansia, sedangkan partisipan dipilih melalui teknik *purposive sampling*, yaitu lansia yang aktif mengikuti kegiatan pendampingan rohani agar data yang diperoleh benar-benar merepresentasikan pengalaman yang relevan dan komprehensif (Kunding et al., 2023). Pelaksanaan kegiatan memadukan pendampingan spiritual rutin, edukasi rohani, konsultasi personal, dan refleksi kelompok secara berkelanjutan (Silitonga et al., 2023). Bentuk kegiatan tersebut mencakup doa bersama sesuai agama masing-masing peserta, dialog reflektif mengenai pengalaman hidup, pembelajaran teks rohani, diskusi kelompok, renungan, pembentukan strategi *coping* terhadap kehilangan, kecemasan, dan kesepian, serta pembiasaan doa dan meditasi secara konsisten (Junaedi, 2023; Sipollo & Vinsur, 2025). Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan di Panti Wreda Hanna Yogyakarta selama 10–12 minggu dengan sesi mingguan, melibatkan 10–15 lansia berusia 60 tahun ke atas yang memiliki kemampuan komunikasi verbal memadai, dan difasilitasi oleh pendamping rohani serta mahasiswa pendamping yang telah dilatih, dengan dukungan aktif pengurus panti dalam penyediaan fasilitas, koordinasi logistik, serta penyusunan agenda kegiatan secara partisipatif agar peserta memiliki rasa keterlibatan terhadap proses pendampingan dan tujuan yang hendak dicapai (Saragih et al., 2023). Dengan penyusunan metode pelaksanaan yang sistematis dan berorientasi pada pengalaman subjektif lansia serta intervensi spiritual yang relevan, penelitian ini tidak hanya akan menghasilkan laporan akademik yang kuat tetapi juga menyediakan dasar empiris untuk pengembangan praktik pendampingan rohani berkelanjutan di panti sosial sejenis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pendampingan rohani rutin di Panti Wreda Hanna Yogyakarta menghasilkan capaian yang tidak hanya tampak pada perubahan pengalaman psiko-spiritual lansia, tetapi juga pada tersusunnya luaran program yang dapat digunakan secara berkelanjutan dalam konteks pelayanan panti. Dalam kerangka artikel pengabdian kepada masyarakat, hasil kegiatan ini perlu dipahami sebagai perpaduan antara produk intervensi, proses pendampingan, dan perubahan yang muncul pada peserta selama program berlangsung. Oleh sebab itu, bagian hasil dan pembahasan ini disusun secara sistematis ke dalam dua subbagian utama, yaitu Luaran Modul Renungan Harian dan Implikasi terhadap Ketahanan Psiko-Spiritual Lansia, sehingga hubungan antara pelaksanaan program, produk

yang dihasilkan, dan dampaknya terhadap lansia dapat diuraikan secara lebih utuh dan koheren.



Gambar 1. Observasi pertemuan dengan ketua Panti Wreda dan Tim PKM

Luaran Modul Renungan Harian

Salah satu luaran konkret dari kegiatan PKM ini adalah tersusunnya modul pendampingan rohani berupa renungan harian lansia yang dapat digunakan secara mandiri maupun dalam sesi kelompok. Penyusunan modul ini didasarkan pada kebutuhan psiko-spiritual lansia di panti, serta mempertimbangkan kondisi peserta, khususnya karena sebagian lansia masih memiliki kemampuan membaca dengan baik sehingga materi renungan dapat dipakai sebagai bahan pengajaran oleh pendamping dan sekaligus dibaca secara mandiri oleh para lansia. Dengan demikian, modul ini tidak hanya berfungsi sebagai dokumen pendukung program, tetapi juga sebagai sarana pendampingan yang dapat memperluas manfaat intervensi di luar sesi tatap muka yang terjadwal.

Secara isi, modul renungan harian diarahkan untuk menjawab kebutuhan batin lansia yang hidup dalam konteks panti, terutama kebutuhan akan makna hidup, rasa diterima, dan kesadaran bahwa mereka tetap memiliki nilai pada masa tua. Salah satu contoh isi modul yang ditampilkan dalam naskah adalah renungan berjudul *Tetap Berarti di Masa Tua* dengan dasar ayat Ibrani 13:5b, yang menegaskan bahwa Tuhan tidak meninggalkan manusia dalam setiap fase kehidupannya. Renungan tersebut mengangkat kenyataan bahwa masa tua sering kali disertai perubahan fisik, sosial, dan emosional yang dapat menimbulkan rasa tidak dibutuhkan, kesepian, atau kehilangan makna hidup, namun pada saat yang sama menegaskan bahwa setiap pengalaman hidup tetap bernilai dan bahwa lansia tetap memiliki peran penting sebagai sumber hikmat, teladan, dan bagian dari komunitas yang saling menguatkan.

Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, keberadaan modul ini menunjukkan bahwa program tidak berhenti pada pelaksanaan kegiatan yang bersifat sesaat, melainkan menghasilkan perangkat pendampingan yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan oleh pengelola panti. Modul renungan harian dapat dipahami sebagai bentuk penguatan kapasitas

internal panti dalam mendampingi lansia secara lebih sistematis, karena materi yang telah disusun dapat terus digunakan, dikembangkan, dan disesuaikan dengan kebutuhan peserta di kemudian hari. Dengan demikian, luaran ini memiliki nilai strategis tidak hanya sebagai produk fisik kegiatan, tetapi juga sebagai instrumen keberlanjutan program pendampingan rohani di lingkungan Panti Wreda Hanna Yogyakarta.

Implikasi terhadap Ketahanan Psiko-Spiritual Lansia

Intervensi spiritual dan psiko-spiritual pada lansia dapat memperkuat *resilience* dan mengurangi gejala kecemasan serta meningkatkan kepuasan hidup, terutama di antara lansia yang menghadapi stres psikologis atau kondisi kronis. Di studi (Shabani, M., Taheri-Kharamah, Z., Saghafipour, A., Ahmari-Tehran, H., Yoosefee, S., & Amini-Tehrani, 2023) ditemukan bahwa spiritualitas memainkan peran mediasi yang kuat dalam hubungan antara stres dan kepuasan hidup). Selain itu, temuan PKM juga paralel dengan laporan empiris yang menunjukkan bahwa aktivitas spiritual yang berkelanjutan telah membantu menguatkan *well-being* secara keseluruhan pada lansia dalam setting kelompok, termasuk peningkatan keterbukaan emosional dan rasa keterhubungan sosial (Haruns et al., 2023).

Pembahasan atas dampak kegiatan terhadap perubahan pola pikir dan perilaku lansia menunjukkan bahwa keterlibatan dalam sesi reflektif dan doa bersama mampu memperluas cara pandang lansia terhadap situasi yang mereka hadapi dalam kehidupan panti (Herin, 2024). Sebagian besar lansia yang awalnya merasa terisolasi dan kurang bermakna dalam aktivitas sehari-hari melaporkan adanya transformasi sikap batin, di mana mereka mulai mengaitkan pengalaman hidup mereka dengan makna yang lebih luas, seperti penerimaan terhadap keterbatasan fisik, penguatan kepercayaan, serta peningkatan hubungan sosial dengan sesama penghuni. Perubahan ini signifikan karena teori dalam kajian spiritualitas lansia menyatakan bahwa makna spiritual yang kuat dapat menjadi mekanisme *coping* yang efektif dalam menghadapi tantangan psikologis yang muncul pada usia lanjut (Misalnya, bagian kajian empiris tentang *spiritual well-being* menunjukkan hubungan positif antara spiritualitas dan kualitas hidup lansia) (Luthfa et al., 2025). Ini artinya lansia dari keyakinan manapun memerlukan pendampingan pada masa tuanya.

Dampak kegiatan PKM terhadap pola pikir peserta tidak hanya bersifat individu tetapi juga kolektif. Lansia yang sebelumnya enggan berpartisipasi dalam kegiatan rohani panti menjadi lebih proaktif dalam sesi diskusi dan refleksi kelompok, menunjukkan adanya penguatan ikatan sosial dalam komunitas panti. Hal ini relevan dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa layanan spiritual yang terstruktur berkontribusi pada peningkatan perasaan keterikatan sosial dan rasa tujuan hidup dalam kelompok lansia, terutama ketika mereka berada dalam lingkungan yang akrab seperti panti jompo (Dai et al., 2023). Fenomena ini penting karena rasa keterhubungan sosial merupakan salah satu elemen kunci dalam ketahanan psiko-spiritual dan berkontribusi pada keberlanjutan kesejahteraan lansia. Lebih lanjut, hasil evaluasi menunjukkan bahwa intervensi pendampingan rohani secara langsung membantu mereduksi permasalahan yang sebelumnya diidentifikasi, seperti kesepian, kurangnya makna hidup, dan kecemasan terhadap masa tua. Indikator emosional seperti rasa

damai, keterlibatan sosial, dan keaktifan dalam ritual rohani meningkat tajam pada hampir semua peserta kegiatan. Ini menunjukkan bahwa tujuan PKM yaitu memperkuat ketahanan psiko-spiritual lansia melalui pendampingan rohani yang rutin dan terstruktur perlahan tercapai secara signifikan dalam konteks panti.

Intervensi spiritual dalam bentuk pendampingan rohani juga berimplikasi pada kesejahteraan mental yang lebih luas, sejalan dengan temuan studi yang menunjukkan pengaruh positif spiritualitas pada kesehatan mental lansia, termasuk penurunan depresi dan peningkatan *resilience* terhadap stres kehidupan (Penelitian *cross-sectional* menunjukkan hubungan antara spiritual *well-being* dan ketahanan psikologis lansia) (Zafari et al., 2023) Dengan demikian, integrasi kegiatan edukatif, refleksi batin, dan dukungan komunitas rohani tidak hanya bersifat ibadah tetapi juga memberi kontribusi nyata terhadap kesejahteraan psikologis para lansia di panti. Secara keseluruhan, hasil dan pembahasan kegiatan PKM ini menunjukkan bahwa pendampingan rohani rutin dapat menjadi strategi efektif dalam memperkuat ketahanan psiko-spiritual, memperbaiki cara pandang terhadap kehidupan lansia, serta mengurangi dampak negatif dari permasalahan psiko-sosial yang dihadapi lansia di lingkungan panti. Keterkaitan antara pengalaman empiris PKM dan bukti ilmiah dari literatur menunjukkan bahwa intervensi spiritual yang berkelanjutan tidak hanya relevan tetapi juga kritical dalam konteks pelayanan sosial lansia.



Gambar 2. Persekutuan Rutin setiap hari Selasa dan praktik Lansia untuk berdoa

Berdasarkan dokumentasi pertemuan yang berlangsung di lingkungan Panti Wreda Hanna Yogyakarta, terlihat adanya pertemuan awal antara tim pelaksana dengan pimpinan panti sebagai langkah penjajakan kerja sama kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM). Pertemuan ini dihadiri oleh pimpinan panti, Debora Sutiati, dan dipimpin oleh Sapto Sunariyanti selaku perwakilan tim, dengan tujuan membahas kemungkinan pelaksanaan program PKM yang berfokus pada pendampingan dan penguatan kesejahteraan lansia. Suasana pertemuan berlangsung secara informal namun konstruktif, ditandai dengan dialog terbuka mengenai kondisi panti, kebutuhan lansia, serta potensi kontribusi akademik yang dapat diberikan oleh tim melalui kegiatan PKM. Pertemuan ini menjadi tahap awal yang penting dalam membangun kesepahaman bersama, sekaligus membuka peluang kolaborasi

berkelanjutan antara institusi akademik dan pihak panti dalam pengembangan program pendampingan yang relevan dan kontekstual.

Ibadah doa dan pendampingan rohani yang dilaksanakan secara rutin setiap hari Selasa di Panti Wreda Hanna Yogyakarta merupakan bagian integral dari upaya penguatan ketahanan psiko-spiritual lansia sebagaimana tujuan awal penelitian ini. Kegiatan ini melibatkan para lansia sebagai peserta utama serta tim pendamping yang berperan memfasilitasi suasana ibadah yang khidmat, tertib, dan inklusif sesuai dengan kondisi fisik serta psikologis lansia. Ibadah doa dilaksanakan secara bersama-sama di ruang utama panti, diawali dengan doa pembuka, pembacaan renungan singkat, serta doa syafaat yang memberi ruang bagi lansia untuk mendoakan diri sendiri maupun sesama penghuni panti. Setelah ibadah, kegiatan dilanjutkan dengan pendampingan rohani melalui dialog reflektif dan kehadiran personal pendamping, yang memungkinkan lansia mengekspresikan perasaan, pengalaman hidup, serta pergumulan batin yang mereka alami. Rangkaian kegiatan rutin ini tidak hanya berfungsi sebagai praktik religius, tetapi juga menjadi sarana dukungan emosional dan sosial yang konsisten, sehingga membantu lansia membangun rasa damai batin, keterhubungan sosial, dan makna hidup yang lebih kuat, selaras dengan tujuan penelitian dalam memperkuat ketahanan psiko-spiritual lansia melalui pendampingan rohani yang berkelanjutan.



Gambar 3. Pendampingan kepada para lansia dan pemberian bantuan Sembako

Proses pendampingan yang hangat dan partisipatif antara tim pendamping dengan para lansia di Panti Wreda Hanna Yogyakarta. Pendampingan dilakukan melalui interaksi langsung, komunikasi personal, serta sikap empati yang ditunjukkan oleh tim kepada para lansia, baik yang berada di kursi roda maupun yang duduk bersama dalam ruang kegiatan. Kehadiran pendamping tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga emosional, dengan memberikan perhatian, senyuman, sentuhan persahabatan, dan dialog sederhana yang menegaskan bahwa para lansia tetap memiliki nilai, peran, dan makna dalam kehidupan. Melalui pendekatan ini, lansia didorong untuk merasa dihargai, diterima, dan tidak terpinggirkan meskipun berada pada fase lanjut usia. Kegiatan pendampingan ini selaras dengan tujuan utama penelitian, yaitu membangun ketahanan psiko-spiritual lansia dengan menanamkan pemahaman bahwa masa

tua bukanlah akhir dari keberartian hidup, melainkan fase yang tetap memiliki martabat, relasi, dan kesempatan untuk mengalami kebahagiaan serta kedamaian batin.

Pemberian bantuan kepada Panti Wreda Hanna Yogyakarta merupakan bagian dari rangkaian kepedulian sosial dalam mendukung keberlanjutan pelayanan bagi para lansia. Penyerahan bantuan dilakukan secara langsung oleh perwakilan tim kepada pihak pengelola panti sebagai bentuk dukungan nyata terhadap kebutuhan operasional dan kesejahteraan penghuni panti. Momen ini mencerminkan adanya relasi kemitraan yang terbangun secara humanis dan saling menghargai antara tim pelaksana kegiatan dan pengelola panti. Bantuan yang diberikan tidak hanya bermakna secara material, tetapi juga menjadi simbol perhatian, solidaritas, dan komitmen bersama dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, sejalan dengan tujuan pengabdian untuk memperkuat aspek psiko-spiritual dan sosial para penghuni Panti Wreda Hanna.

Evaluasi Pelaksanaan PkM

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa intervensi pendampingan rohani secara langsung membantu mereduksi permasalahan yang sebelumnya diidentifikasi, seperti kesepian, kurangnya makna hidup, dan kecemasan terhadap masa tua. Indikator emosional seperti rasa damai, keterlibatan sosial, dan keaktifan dalam ritual rohani meningkat pada hampir semua peserta kegiatan. Hal ini menegaskan bahwa pendampingan rohani yang terstruktur, partisipatif, dan berkelanjutan, termasuk melalui penyampaian renungan harian, memiliki fungsi nyata dalam menopang kesejahteraan psikis dan spiritual lansia. Dengan kata lain, ketahanan psiko-spiritual dalam program ini tampak melalui perubahan sikap, keterbukaan, partisipasi, dan stabilitas emosi peserta selama mengikuti rangkaian kegiatan.

Sebagai representasi deskriptif atas perubahan tersebut, hasil observasi, wawancara semi-terstruktur, dan refleksi kelompok menunjukkan adanya pergeseran pada beberapa indikator psiko-spiritual lansia setelah mengikuti program pendampingan rohani. Ringkasan perubahan tersebut disajikan pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Perubahan Indikator Psiko-Spiritual Lansia Pasca Pendampingan Rohani
(Data disusun dari temuan reflektif dan wawancara partisipatif)

No.	Indikator	Sebelum PKM	Setelah PKM	Keterangan
1	Rasa damai batin	Rendah–Sedang	Sedang–Tinggi	Mayoritas peserta merasa lebih tenang dan menerima kondisi diri
2	Keterlibatan aktivitas rohani	40% aktif	80% aktif	Peningkatan partisipasi pada kegiatan rohani rutin
3	Interaksi sosial antar lansia	Moderat	Lebih intens	Lansia lebih sering berbagi pengalaman dan memberi dukungan

Data pada Tabel 1 memperlihatkan bahwa program pendampingan rohani berdampak pada peningkatan rasa damai batin, keterlibatan dalam aktivitas rohani, dan intensitas interaksi sosial antar lansia. Peningkatan tersebut memperkuat argumentasi bahwa intervensi spiritual yang dilakukan secara rutin dan partisipatif dapat memberikan kontribusi nyata terhadap kesejahteraan emosional dan spiritual lansia. Oleh karena itu, hasil ini menegaskan bahwa penyampaian renungan harian yang diintegrasikan dengan doa bersama, pendampingan personal, dan refleksi kelompok merupakan strategi yang efektif dalam memperkuat ketahanan psiko-spiritual lansia di Panti Wreda Hanna Yogyakarta.

Selain itu, ekspresi wajah para lansia yang tampak lebih cerah, sikap antusias dalam mengikuti kegiatan, serta kehadiran tim yang konsisten menjadi cerminan bahwa kegiatan ini mampu menghadirkan rasa diterima, dihargai, dan dimaknai di masa tua. Hal ini terpampang nyata dalam seluruh dokumentasi kegiatan PKM ini. Dokumentasi simbol kolaborasi, kepedulian, dan komitmen bersama untuk menghadirkan pendampingan yang berkelanjutan, humanis, dan berdampak nyata bagi kesejahteraan lansia, sekaligus menegaskan tercapainya tujuan utama kegiatan PKM yang telah dirancang sejak awal.

Secara keseluruhan, bagian hasil dan pembahasan ini menunjukkan bahwa program pendampingan rohani rutin tidak hanya menghasilkan luaran berupa modul renungan harian, tetapi juga memunculkan perubahan nyata dalam pengalaman batin dan relasi sosial para lansia. Modul renungan harian berfungsi sebagai media penguatan makna hidup, sedangkan pelaksanaan pendampingan yang dilakukan secara konsisten memungkinkan makna tersebut diinternalisasi melalui doa, refleksi, interaksi, dan kebersamaan. Dengan demikian, program ini tidak hanya memperkaya praktik pendampingan rohani di panti, tetapi juga memberikan dasar empiris bahwa intervensi spiritual yang terstruktur dapat menjadi pendekatan efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psiko-spiritual lansia secara berkelanjutan

Umpan Balik Peserta dan Mitra terhadap Program PKM

Selain perubahan indikator psiko-spiritual yang teramati selama kegiatan berlangsung, pelaksanaan program pendampingan rohani di Panti Wreda Hanna Yogyakarta juga memperoleh umpan balik yang positif dari peserta lansia maupun dari pihak pengelola panti. Umpan balik tersebut diperoleh melalui percakapan informal, refleksi kelompok, dan wawancara singkat yang dilakukan pada akhir rangkaian kegiatan pendampingan rohani. Temuan ini penting karena memberikan gambaran yang lebih kontekstual mengenai penerimaan peserta terhadap program, sekaligus memperlihatkan bagaimana kegiatan yang dilaksanakan tidak hanya berdampak pada aspek spiritual, tetapi juga pada pengalaman emosional dan relasional para lansia di lingkungan panti.

Dari sisi peserta, sebagian besar lansia menyampaikan bahwa kegiatan doa bersama, renungan, dan dialog reflektif memberikan pengalaman batin yang menenangkan serta membantu mereka merasa lebih diperhatikan. Kehadiran tim pendamping secara rutin juga dipersepsikan sebagai bentuk kepedulian yang bermakna, karena memberi ruang bagi para lansia untuk berbagi cerita kehidupan yang sebelumnya jarang mereka sampaikan kepada orang lain. Salah satu bentuk umpan balik yang muncul adalah perasaan lebih damai dan

munculnya harapan dalam menjalani masa tua di panti setelah mengikuti kegiatan doa dan pendampingan secara teratur. Umpan balik ini menunjukkan bahwa program tidak hanya diterima secara formal oleh peserta, tetapi juga dihayati sebagai pengalaman yang memberi dukungan emosional dan spiritual secara nyata.

Dari sisi mitra, pengelola panti menilai bahwa program ini memberikan kontribusi positif terhadap suasana kehidupan komunitas lansia di Panti Wreda Hanna Yogyakarta. Pihak pengelola mengamati bahwa setelah beberapa minggu pelaksanaan kegiatan, para lansia tampak lebih aktif berinteraksi satu sama lain dan lebih antusias dalam mengikuti kegiatan rohani di panti. Selain itu, pengelola juga menyampaikan harapan agar kegiatan pendampingan rohani seperti ini dapat dilaksanakan secara berkelanjutan atau dikembangkan menjadi program rutin yang melibatkan relawan maupun mahasiswa. Secara keseluruhan, umpan balik dari peserta dan mitra memperkuat hasil observasi sebelumnya bahwa pendampingan rohani yang dilakukan secara konsisten tidak hanya berdampak pada aspek spiritual, tetapi juga meningkatkan rasa kebersamaan, dukungan emosional, dan kualitas interaksi sosial di lingkungan panti, sehingga layak dipertimbangkan sebagai model pendampingan berkelanjutan bagi lansia di panti wreda.

KESIMPULAN

Berdasarkan seluruh rangkaian kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang telah dilaksanakan di Panti Wreda Hanna Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa program pendampingan rohani rutin berhasil mencapai tujuan utama dalam memperkuat ketahanan psiko-spiritual lansia. Kegiatan yang dilaksanakan secara terjadwal, meliputi ibadah doa bersama, pendampingan personal, interaksi empatik, serta pemberian bantuan sosial, terbukti mampu menjawab permasalahan prioritas mitra, khususnya perasaan kesepian, penurunan makna hidup, dan kerentanan psikologis yang dialami lansia. Keberhasilan program juga tampak dari konsistensi partisipasi lansia, respons emosional yang positif, serta keterlibatan aktif pengelola panti selama proses pendampingan berlangsung.

Dampak kegiatan ini terlihat pada meningkatnya rasa dihargai, diterima, dan dimaknai di kalangan lansia, yang tercermin melalui sikap yang lebih tenang, terbuka, dan antusias dalam mengikuti setiap sesi pendampingan. Secara psikologis, lansia menunjukkan kecenderungan peningkatan kepercayaan diri dan penerimaan terhadap kondisi diri di masa tua, sedangkan secara spiritual mereka mengalami penguatan iman, harapan, dan sikap pasrah yang konstruktif dalam menghadapi keterbatasan fisik maupun sosial. Selain itu, program ini juga memberikan manfaat bagi mahasiswa dan tim pelaksana dalam mengembangkan kepekaan sosial, empati, serta pemahaman kontekstual mengenai pelayanan pastoral dan pendampingan komunitas lansia.

Sebagai implikasi lebih lanjut, program pendampingan rohani di panti wreda perlu dikembangkan secara berkelanjutan melalui pendekatan lintas disiplin yang mengintegrasikan aspek spiritual, psikologis, dan kesehatan lansia secara holistik. Kolaborasi dengan konselor, tenaga kesehatan, dan pekerja sosial penting untuk memperkaya intervensi yang diberikan, sementara penguatan kapasitas pengelola panti melalui pelatihan pendampingan psiko-

spiritual, penyusunan panduan praktis, dan transfer pengetahuan yang sistematis menjadi langkah krusial agar program dapat dilanjutkan secara mandiri setelah kegiatan PKM selesai. Dengan demikian, keberlanjutan program tidak hanya bergantung pada kehadiran tim pengabdian, tetapi dapat menjadi bagian dari sistem pelayanan internal panti secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dan mendukung terlaksananya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul “Penguatan Ketahanan Psiko-Spiritual Lansia melalui Pendampingan Rohani Rutin di Panti Wreda Hanna Yogyakarta.” Penghargaan dan apresiasi yang setinggi-tingginya disampaikan kepada pengelola dan seluruh keluarga besar Panti Wreda Hanna Yogyakarta yang telah memberikan izin, keterbukaan, serta kerja sama yang baik selama seluruh rangkaian kegiatan berlangsung, sehingga program pendampingan dapat berjalan secara optimal dan berkesinambungan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Sekolah Tinggi Theologia Nazarene Indonesia (STTNI) Yogyakarta, serta para donatur pemberi dana hibah pengabdian yang telah memberikan dukungan finansial, sehingga kegiatan ini dapat terlaksana sesuai dengan perencanaan dan target luaran yang ditetapkan. Selain itu, apresiasi diberikan kepada tim pelaksana, mahasiswa, relawan, serta seluruh pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan, atas dedikasi, komitmen, dan kepedulian sosial yang telah ditunjukkan. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan dukungan moral, tenaga, dan pemikiran. Semoga kerja sama yang telah terjalin dapat memberikan manfaat nyata bagi peningkatan kesejahteraan dan ketahanan psiko-spiritual lansia, serta menjadi dasar bagi pengembangan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di masa yang akan datang.

REFERENSI

- Cheng, L., Liu, Y., Chen, Q., & Zhang, F. (2025). Exploring the spiritual experiences of older adults with chronic diseases : a qualitative study in a multicultural context. *BMC Psychology*, 13(1), 632. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s40359-025-02710-3>
- Dai, J., Liu, Y., Zhang, X., & Wang, Z. (2023). A study on the influence of community spiritual comfort service on the mental health of older people. *Frontiers in Public Health*. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1137623>
- Fadillah, F., Zuidah, & Purba, W. D. (2025). Hubungan Dukungan Spiritual Dengan Psychological Well Being Pada Lansia Di Puskesmas Lampisang Kecamatan Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar. *Indonesian Trust Health Journal*, 8(1), 1–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.37104/ithj.v8i1.356>

- Haruns, K. H., Yuwono, D., Sugiharto, P., & Saraswati, S. (2023). The Effectiveness of Nature-Based Person-Centred Group Counselling in Improving Spiritual Well-being Among Elderly. *Kuras Institute*, 7(2), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.51214/002025071409000>
- Herin, B. L. (2024). Meningkatkan Sikap Penerimaan Diri Pada Lansia Di Panti Werdha Tropodo Melalui Kegiatan Kelompok Kecil Evangelisasi. *PASTORALIA*, 5(2), 71–82. <https://doi.org/10.70449/pastoral.v5i2.141>
- Junaedi, A. (2023). Upaya Dalam Memberikan Bimbingan Spiritual Pada Lansia Di Efforts To Provide Spiritual Guidance To The Elderly In Karangpranti Village , Pajajaran Sub-District , Probolinggo. *JURNAL PKMSISTHANA*, 5(1), 18–23.
- Kunding, N., Febriyona, R., & Ilham, R. (2023). Hubungan Tingkat Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari Dengan Spiritualitas Lansia Di Desa Tenggela Kabupaten Gorontalo. *JURNAL KESEHATAN TAMBUSAI*, 4(4), 6906–6915. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.21208>
- Luthfa, I., Yusuf, A., Fitryasari, R., & Nn, K. (2025). Impact of Spiritual Well - Being on The Quality of Life Among the Muslim Elderly. *IMJM: IIUM Medical Journal Malaysia*, 24(3), 136–143. <https://doi.org/https://doi.org/10.31436/imjm.v24i03.2511>
- Nurfarhantya, W., & Situmorang, N. Z. (2024). The Relationship Between Spirituality And Quality Of Life Among The Elderly. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 6, 357–365.
- Saragih, D. R. P., Simatupang, J. D., & Siagian, H. (2023). Pendampingan dan upaya aktifitas spiritualitas lansia dalam masyarakat multikultural pada rumah lansia atmabrata. *Voice Of Wesley: Jurnal Ilmiah Musik Dan Agama*, 7(1), 81–99. <https://doi.org/10.36972/jvow.v7i1.217>
- Shabani, M., Taheri-Kharamah, Z., Saghafipour, A., Ahmari-Tehran, H., Yoosefee, S., & Amini-Tehrani, M. (2023). Resilience and spirituality mediate anxiety and life satisfaction in chronically ill older adults. *BMC Psychology*, 11(1), 256. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s40359-023-01279-z>
- Shamsi, S. A., & Shahidifar, S. (2025). Spiritual care: A forgotten tool in the lives of elderly people. *Journal of Nursing Advances in Clinical Sciences*, 2(4), 221–222. <https://doi.org/https://doi.org/10.32598/jnacs.2412.1131>
- Silitonga, J., Anugrahwati, R., & Retnani, A. D. (2023). Pengetahuan Lansia Dalam Meningkatkan Kesehatan Fisik Dan Manajemen Spiritual. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(8), 3243–3250. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i8.10396>
- Sipollo, B., & Vinsur, E. (2025). Peningkatan Kesehatan Spiritual Lansia melalui Program “DOA” Berdasarkan Konsep Psikososial & Budaya dalam Keperawatan di RW 5, Kelurahan

Arjowinangun, Kota Malang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(5), 2686–2695. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i5.19035>

Zafari, M., Roudsari, M. S., Yarmohammadi, S., Jahangirimehr, A., & Marashi, T. (2023). Investigating the relationship between spiritual well-being, resilience, and depression: a cross-sectional study of the elderly. *Psychogeriatrics : The Official Journal of the Japanese Psychogeriatric Society*, 23(3), 442–449. <https://doi.org/10.1111/psyg.12952>