

Pemberdayaan Lansia Melalui Art Therapy Dalam Meningkatkan Harga Diri Lansia

Tri Setyaningsih^{1*}, Dameria Br Saragih¹, Nia Rosliany¹, Hans Budiman¹

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada Jakarta

ABSTRAK

Proses menua menimbulkan berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial pada lansia yang dapat memicu penurunan harga diri, ditandai dengan perasaan tidak berguna, kurang percaya diri, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan harga diri lansia melalui program pemberdayaan berbasis art therapy di Kelurahan Duri Pulo. Kegiatan menggunakan pendekatan Community Based Research (CBR) dengan desain one group pre-post test. Pelaksanaan dilakukan di Kelurahan Duri Pulo, Kecamatan Gambir, Jakarta Pusat, dengan melibatkan 25 orang lansia. Pengukuran harga diri menggunakan kuesioner Rosenberg Self-Esteem Scale yang terdiri atas 10 item pertanyaan. Rerata skor harga diri lansia meningkat dari 21,4 (SD 3,85) menjadi 32,6 (SD 2,94) dengan selisih 11,2. Hasil uji paired t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,001$). Kegiatan art therapy berupa melukis, mewarnai, dan membuat kolase terbukti meningkatkan ekspresi diri, interaksi sosial, dan persepsi positif lansia terhadap dirinya sendiri. Pemberdayaan lansia melalui art therapy efektif dalam meningkatkan harga diri lansia dan dapat diadopsi sebagai bagian dari program pemberdayaan lansia berbasis komunitas di tingkat kelurahan.

Kata kunci: art therapy, harga diri, lansia, pemberdayaan masyarakat

Penulis Korespondensi :

Tri Setyaningsih

Afiliasi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada

E-mail : tri@stikesrshusada.ac.id

No. Hp : +62878-8353-5133

Empowering the Elderly Through Art Therapy to Increase Self-Esteem in Duri Pulo Village

ABSTRACT

The aging process brings physical, psychological, and social changes that may lower older adults' self-esteem, marked by feelings of uselessness, reduced confidence, and social withdrawal. This community service program aimed to improve the self-esteem of older adults through an art therapy-based empowerment program in Kelurahan Duri Pulo. A Community Based Research (CBR) approach with a one-group pre-post test design was applied. The program was conducted in Kelurahan Duri Pulo, Gambir, Central Jakarta, involving 25 older adults. Self-esteem was measured using the 10-item Rosenberg Self-Esteem Scale. The mean self-esteem score increased from 21.4 (SD 3.85) to 32.6 (SD 2.94), a mean difference of 11.2. Paired t-test analysis showed a statistically significant difference ($p < 0.001$). Art therapy activities, including painting, coloring, and collage-making, enhanced self-expression, social interaction, and participants' positive self-perception. Art therapy-based empowerment is effective in improving older adults' self-esteem and can be adopted as part of community-based elderly empowerment programs at the sub-district level.

Keywords: art therapy, harga diri, lansia, pemberdayaan masyarakat

Correspondent Author:

Name of Correspondent Author : Tri Setyaningsih

Affiliation : Husada Hospital College of Health Sciences

E-mail : tri@stikesrshusada.ac.id

No. Hp : +62878-8353-5133

PENDAHULUAN

Jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia terus meningkat seiring bertambahnya usia harapan hidup, yang membawa konsekuensi pada meningkatnya kebutuhan pelayanan kesehatan yang bersifat holistik, tidak hanya pada aspek fisik tetapi juga psikososial. Proses menua kerap disertai penurunan fungsi fisik, perubahan peran sosial, kehilangan pekerjaan, serta berkurangnya interaksi dengan lingkungan sekitar, yang berpotensi menimbulkan perasaan tidak berguna, tidak dibutuhkan, dan tersisih. Kondisi tersebut menjadi salah satu faktor risiko utama terjadinya harga diri rendah pada lansia (World Health Organization, 2021).

Harga diri yang rendah pada lansia terbukti berkaitan erat dengan meningkatnya risiko kesepian, kecemasan, dan depresi, serta menurunnya kualitas hidup secara keseluruhan. Studi menunjukkan bahwa lansia yang tinggal jauh dari keluarga atau kehilangan peran sosialnya cenderung mengalami perasaan rendah diri dan marah terhadap diri sendiri maupun lingkungan, sehingga secara perlahan menarik diri dari hubungan sosial (Rahmaniza & Permanasari, 2022; Yulianda, 2024). Intervensi yang mampu memperkuat harga diri lansia terbukti dapat mencegah dampak psikologis lanjutan, termasuk kecenderungan depresi dan penurunan fungsi kognitif (Lianovitasari & Suwanti, 2022).

Salah satu pendekatan yang berkembang untuk memperkuat harga diri dan kesejahteraan psikologis lansia adalah *art therapy*, yaitu intervensi yang menggunakan media seni dan proses kreatif sebagai sarana ekspresi diri. Melalui kegiatan melukis, mewarnai, maupun membuat kolase, lansia dapat mengungkapkan perasaan yang sulit disampaikan secara verbal, sekaligus melatih keterampilan coping dan mengelola stres (Ruriyanty et al., 2023). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *art therapy* secara konsisten menurunkan gejala depresi dan meningkatkan harga diri lansia yang tinggal di institusi maupun komunitas, dengan bentuk intervensi yang bervariasi mulai dari menggambar, melukis, hingga kolase dan kerajinan tangan (Ching-Teng et al., 2019; Ciasca et al., 2018). Proses kreatif dalam *art therapy* juga terbukti memperkuat hubungan sosial dan mendukung kesehatan masyarakat secara lebih luas (Stuckey & Nobel, 2010).

Di Indonesia, penerapan *art therapy* pada lansia telah dilaporkan dalam berbagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat, baik di panti sosial maupun di komunitas, dan secara konsisten menunjukkan peningkatan emosi positif, kepercayaan diri, serta kualitas hidup lansia setelah mengikuti kegiatan (Ajisuksmo et al., 2025; Bahri et al., 2025; Daevi et al., 2025). Kegiatan sejenis berbasis terapi kelompok juga terbukti efektif meningkatkan harga diri lansia melalui proses refleksi dan penguatan makna hidup (Banon et al., 2022). Namun demikian, sebagian besar kegiatan tersebut masih terpusat di panti sosial atau lembaga kesejahteraan lansia, sementara lansia yang tinggal bersama keluarga di lingkungan kelurahan perkotaan belum banyak mendapatkan program pemberdayaan psikososial yang terstruktur.

Kelurahan Duri Pulo merupakan salah satu wilayah perkotaan padat penduduk di Jakarta Pusat dengan jumlah lansia yang terus bertambah, namun kegiatan pemberdayaan lansia yang ada masih berfokus pada pemantauan kesehatan fisik melalui Posyandu Lansia, sementara aspek psikososial seperti harga diri belum mendapatkan perhatian khusus. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu program pemberdayaan yang mampu meningkatkan harga diri lansia melalui pendekatan *art therapy*, guna mendukung kesejahteraan psikologis lansia secara berkelanjutan di tingkat komunitas.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode *Community Based Research (CBR)*, yaitu pendekatan yang melibatkan masyarakat secara aktif mulai dari tahap identifikasi masalah, perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Desain yang digunakan adalah *Pre Post Test One Group Design*, dimana sebelum diberikan intervensi terlebih dahulu dilakukan *pre test*, kemudian setelah seluruh rangkaian intervensi selesai dilakukan *post test* menggunakan instrumen yang sama, yaitu kuesioner *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)* yang terdiri atas 10 item pertanyaan dengan pilihan jawaban skala Likert (Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju) untuk mengukur harga diri lansia sebelum dan sesudah diberikan pemberdayaan melalui *art therapy*.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama pihak Kelurahan Duri Pulo dan kader Posyandu Lansia untuk menentukan jadwal, tempat, serta jumlah lansia yang akan dilibatkan. Tim pengabdian selanjutnya menyusun modul kegiatan art therapy, menyiapkan instrumen RSES yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, serta menyiapkan alat dan bahan berupa kertas gambar, cat air, krayon, kuas, spidol warna, dan bahan kolase sederhana. Sosialisasi kegiatan dilakukan kepada calon peserta melalui kader Posyandu Lansia satu minggu sebelum pelaksanaan, sekaligus melakukan skrining kriteria peserta.

Kriteria inklusi peserta dalam kegiatan ini adalah lansia berusia 60 tahun ke atas, berdomisili di wilayah Kelurahan Duri Pulo, kooperatif dan mampu berkomunikasi secara verbal, tidak mengalami gangguan kognitif berat, serta bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir yang dibuktikan dengan mengisi lembar persetujuan (informed consent). Berdasarkan proses skrining tersebut, terpilih 25 orang lansia yang memenuhi kriteria dan bersedia berpartisipasi.

Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Kelurahan Duri Pulo, Kecamatan Gambir, Jakarta Pusat, dengan melibatkan 25 orang lansia yang tergabung dalam kegiatan Posyandu Lansia setempat. Pelaksana kegiatan terdiri atas 3 orang narasumber/fasilitator, dibantu oleh mahasiswa pendamping yang bertugas mendampingi lansia secara individual maupun kelompok kecil selama proses art therapy berlangsung.

Kegiatan art therapy dilaksanakan dalam 4 (empat) kali pertemuan yang berlangsung selama 2 minggu, dengan durasi masing-masing pertemuan sekitar 60–90 menit. Setiap pertemuan memiliki tema dan tujuan yang berbeda, disusun secara bertahap agar lansia dapat semakin terbuka dalam mengekspresikan diri, yaitu:

1. Pertemuan pertama: pengenalan, pengisian pre test menggunakan kuesioner RSES, serta sesi menggambar bebas dengan tema "Perjalanan Hidupku" untuk membangun keakraban dan kenyamanan peserta.
2. Pertemuan kedua: sesi mewarnai pola mandala yang bertujuan melatih fokus, relaksasi, dan mengurangi kecemasan, dilanjutkan dengan diskusi kelompok mengenai perasaan yang muncul selama proses mewarnai.
3. Pertemuan ketiga: sesi membuat kolase dengan tema "Hal yang Aku Banggakan dari Diriku", menggunakan potongan kertas warna, majalah bekas, dan bahan lain untuk menyusun gambaran diri yang positif.
4. Pertemuan keempat: sesi refleksi kelompok dimana setiap lansia menceritakan makna karya yang telah dibuat selama tiga pertemuan sebelumnya, dipandu dengan pertanyaan reflektif seperti "Apa yang ingin Anda sampaikan melalui gambar/karya ini?" dan "Bagaimana perasaan Anda setelah membuat karya ini?", dilanjutkan dengan pengisian post test menggunakan kuesioner RSES.

Selama proses pendampingan, fasilitator memberikan penguatan positif (positive reinforcement) secara verbal atas setiap karya yang dihasilkan lansia, tanpa menilai baik-buruknya hasil karya, sesuai prinsip art therapy yang menekankan proses berkarya, bukan kualitas estetika hasil akhir.

Analisis Data

Data hasil pre test dan post test yang telah terkumpul selanjutnya diolah secara deskriptif untuk menggambarkan karakteristik peserta, kemudian dilakukan uji normalitas data menggunakan Shapiro-Wilk. Data yang berdistribusi normal selanjutnya dianalisis menggunakan uji Paired T-Test untuk melihat perbedaan skor harga diri lansia sebelum dan sesudah diberikan intervensi art therapy, dengan bantuan program pengolah data statistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Hasil**

Kegiatan pemberdayaan lansia melalui art therapy dalam meningkatkan harga diri lansia dilaksanakan di Kelurahan Duri Pulo, Kecamatan Gambir, Jakarta Pusat, dengan melibatkan 25 orang lansia yang seluruhnya mengikuti kegiatan hingga pertemuan terakhir tanpa ada peserta yang mengundurkan diri (*drop out*).

1. Karakteristik Peserta

Karakteristik peserta berdasarkan usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan (n=25)

Karakteristik	N	%
Usia		
60-69 Tahun	16	64
70-79 Tahun	7	28
>80	2	8
Jenis Kelamin		
Perempuan	19	76
Laki-Laki	6	24

Data pada tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada kelompok usia 60–69 tahun (64%), berjenis kelamin perempuan (76%). Karakteristik ini sejalan dengan komposisi lansia yang umumnya aktif mengikuti kegiatan Posyandu Lansia di wilayah perkotaan.

2. Evaluasi Struktur

Hasil evaluasi struktur menunjukkan bahwa seluruh persiapan kegiatan berjalan sesuai rencana, meliputi kesiapan tempat pelaksanaan di aula Kelurahan Duri Pulo, kesiapan kuesioner evaluasi (RSES), banner kegiatan, daftar hadir, lembar informed consent, serta alat dan bahan berupa kertas gambar, cat air, krayon, kuas, pola mandala, dan bahan kolase yang telah dipersiapkan sebelum kegiatan dimulai. Koordinasi dengan kader Posyandu Lansia juga berjalan baik sehingga seluruh peserta yang diundang hadir tepat waktu pada setiap pertemuan.

3. Evaluasi Proses

Evaluasi proses pada kegiatan ini berjalan lancar melalui empat kali pertemuan. Pada pertemuan pertama, kegiatan dimulai dengan pembukaan dan pengarahan oleh fasilitator, dilanjutkan dengan pengisian pre test menggunakan kuesioner RSES, kemudian peserta diajak menggambar bebas dengan tema "Perjalanan Hidupku". Sebagian besar peserta pada awalnya terlihat ragu dan menyatakan tidak bisa menggambar, namun setelah mendapat dorongan dari fasilitator, seluruh peserta akhirnya berhasil menyelesaikan karya masing-masing. Pada pertemuan kedua, peserta mengikuti sesi mewarnai pola mandala yang bertujuan melatih fokus dan relaksasi. Observasi menunjukkan peserta tampak lebih tenang dan menikmati proses mewarnai dibandingkan pertemuan sebelumnya, serta mulai terbuka berbagi cerita dengan peserta lain dalam kelompok kecil. Pada pertemuan ketiga, peserta membuat kolase dengan tema "Hal yang Aku Banggakan dari Diriku" menggunakan potongan kertas warna dan majalah bekas. Fasilitator mengamati peningkatan antusiasme peserta dalam menyusun kolase, serta mulai muncul ekspresi verbal yang menggambarkan penerimaan diri, seperti menceritakan pencapaian di masa muda maupun peran mereka dalam keluarga. Pada pertemuan keempat, dilakukan sesi refleksi kelompok dimana setiap peserta menceritakan makna dari karya yang telah dibuat selama tiga pertemuan sebelumnya, dipandu dengan pertanyaan reflektif seperti "Apa yang ingin Anda sampaikan melalui gambar/karya ini?" dan "Bagaimana perasaan Anda setelah membuat karya ini?". Peserta terlihat antusias dan beberapa di antaranya menyampaikan bahwa kegiatan ini membuat mereka merasa lebih dihargai. Kegiatan pertemuan keempat diakhiri dengan pengisian post test menggunakan kuesioner RSES yang sama dengan pre test.

4. Evaluasi Hasil

Evaluasi hasil menggunakan kuesioner Rosenberg Self-Esteem Scale menunjukkan adanya peningkatan skor harga diri lansia pada hampir seluruh item pertanyaan. Rincian perbandingan mean skor tiap item sebelum dan sesudah intervensi disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Perbandingan Mean Skor Tiap Item Rosenberg Self-Esteem Scale Sebelum dan Sesudah Intervensi

Item Rosenberg Self-Esteem Scale	Mean Pre	Mean Post
Merasa dirinya berharga sebagaimana orang lain	2.1	3.4
Merasa memiliki sejumlah kelebihan yang baik	2.0	3.3
Mampu melakukan sesuatu sebaik orang lain	1.9	3.2
Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri	2.2	3.5
Merasa puas dengan diri sendiri	1.8	3.1

Merasa dirinya tidak berguna (unfavorable)	1.7	3.0
Merasa dirinya berguna bagi orang lain	2.0	3.4
Ingin memiliki lebih banyak rasa hormat pada diri sendiri	1.9	3.2
Cenderung merasa gagal (unfavorable)	1.6	2.9
Memiliki sikap yang baik terhadap diri sendiri secara keseluruhan	2.1	3.4

Intervensi, dengan peningkatan tertinggi terlihat pada item terkait sikap positif terhadap diri sendiri secara keseluruhan dan rasa memiliki kelebihan yang baik. Selain itu, untuk melihat perbedaan harga diri lansia secara keseluruhan sebelum dan sesudah intervensi dilakukan uji paired t-test yang dapat dilihat pada tabel 3 berikut:

Tabel 3. Perbedaan Harga Diri Lansia Sebelum dan Sesudah Pemberdayaan Melalui Art Therapy

Item Rosenberg Self-Esteem Scale	Mean (SD)	Selisih	Nilai P
Harga Diri Pre	21.4 (3.85)	11.2	0.001
Harga Diri Post	32.6 (2.94)		

**Paired T-Test*

Dari hasil uji statistik diperoleh nilai $p < 0,001$, yang berarti lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara harga diri lansia sebelum dan sesudah diberikan pemberdayaan melalui art therapy. Dari 25 peserta, seluruhnya (100%) mengalami peningkatan skor harga diri, dengan peningkatan skor tertinggi mencapai 16 poin dan peningkatan terendah sebesar 5 poin.

Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa program pemberdayaan lansia melalui art therapy mampu meningkatkan harga diri lansia, yang ditunjukkan oleh peningkatan rerata skor sebesar 11,2 setelah intervensi diberikan. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa proses kreatif berupa menggambar, mewarnai, dan membuat kolase dapat menjadi media efektif bagi lansia untuk mengekspresikan diri sekaligus membangun kembali persepsi positif terhadap dirinya sendiri.

Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa art therapy secara konsisten meningkatkan harga diri dan menurunkan gejala depresi pada lansia, baik yang tinggal di institusi maupun di komunitas (Ching-Teng et al., 2019; Ciasca et al., 2018). Proses ekspresi diri melalui seni memungkinkan lansia mengungkapkan pengalaman hidup dan emosi yang sulit disampaikan secara verbal, sehingga memperkuat kesadaran diri dan penerimaan diri (Ruriyanty et al., 2023; Stuckey & Nobel, 2010). Kegiatan berkelompok dalam art therapy juga memberikan ruang interaksi sosial yang mendukung lansia untuk merasa dihargai dan diterima oleh lingkungan sekitarnya, sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian serupa yang dilaporkan meningkatkan emosi positif dan kualitas hidup lansia (Ajisuksmo et al., 2025; Bahri et al., 2025; Daevi et al., 2025).

Selain itu, penguatan harga diri melalui pendekatan reflektif dan berbasis pengalaman hidup, sebagaimana ditemukan pada intervensi terapi kelompok life review, turut memperkuat argumen bahwa proses menghargai kembali perjalanan hidup lansia berkontribusi signifikan terhadap peningkatan harga diri (Banon et al., 2022; Rahmaniza & Permanasari, 2022). Rendahnya harga diri yang dibiarkan tanpa intervensi berpotensi meningkatkan risiko kesepian dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial (Liyanovitasari & Suwanti, 2022; Yulianda, 2024), sehingga program pemberdayaan berbasis komunitas seperti yang dilakukan di Kelurahan Duri Pulo menjadi penting untuk menjangkau lansia yang tinggal di lingkungan keluarga, tidak hanya di panti sosial.

Implikasi dari kegiatan ini menegaskan bahwa integrasi art therapy dalam program pemberdayaan lansia di tingkat kelurahan memiliki potensi besar untuk meningkatkan harga diri dan kesejahteraan psikologis lansia secara berkelanjutan. Namun demikian, keberlanjutan program perlu didukung oleh kader Posyandu Lansia yang terlatih serta kolaborasi lintas sektor antara puskesmas, kelurahan, dan institusi pendidikan kesehatan, agar kegiatan ini dapat diadopsi secara rutin sebagai bagian dari pelayanan lansia berbasis komunitas.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa pemberdayaan lansia melalui art therapy efektif dalam meningkatkan harga diri lansia di Kelurahan Duri Pulo, yang ditandai dengan peningkatan rerata skor harga diri yang signifikan setelah intervensi. Pendekatan ini tidak hanya membantu lansia mengekspresikan diri secara kreatif, tetapi juga memperkuat interaksi sosial dan persepsi positif terhadap diri sendiri. Disarankan agar kader Posyandu Lansia dan tenaga kesehatan setempat dapat mengadopsi art therapy sebagai kegiatan rutin dalam program pemberdayaan lansia, serta perlunya pelatihan lanjutan bagi kader agar kegiatan ini dapat berkelanjutan dan menjangkau lebih banyak lansia di wilayah Kelurahan Duri Pulo.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih dan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada Kelurahan Duri Pulo atas dukungan dan kesempatan yang diberikan sebagai lokasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kader Posyandu Lansia serta seluruh lansia yang telah berpartisipasi secara aktif sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Semoga hasil kegiatan ini dapat memberikan manfaat dalam peningkatan kesejahteraan psikologis lansia, khususnya dalam upaya meningkatkan harga diri lansia di lingkungan komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajisuksmo, C. R., Puspasari, A., Erianti, D., Maharani Dewanti, D., Parera, R. J., Gunawan, A., Sabbathya, S., Widayanti, A., Sugito, I. B., Rosario, T. M., & Soge, Y. S. I. (2025). Terapi seni sebagai cara untuk meningkatkan emosi positif orang lanjut usia yang tinggal di panti lansia. *Gemassika: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(2), 119–125. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v9i2.1332>
- Bahri, S., Fadhilah Rafil, S., Adela, Y., Khaira, U., Shafira, S., & Suhailla, S. (2025). Merawat jiwa melalui terapi seni pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Rumah Sejahtera Geunaseh Sayang (UPTD RSGS) Provinsi Aceh. *Global Research and Innovation Journal*, 1(1), 231–236.
- Banon, E., Rakhmawati, I., Hidayat, E., Sudrajat, A., Suratun, S., & Hartini, T. (2022). Terapi kelompok life review efektif dalam meningkatkan harga diri lansia. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 224–233.
- Ching-Teng, Y., Ya-Ping, Y., & Yu-Chia, C. (2019). Positive effects of art therapy on depression and self-esteem of older adults in nursing homes. *Social Work in Health Care*, 58(3), 324–338. <https://doi.org/10.1080/00981389.2018.1564108>
- Ciasca, E. C., Ferreira, R. C., Santana, C. L. A., Forlenza, O. V., Dos Santos, G. D., Brum, P. S., & Nunes, P. V. (2018). Art therapy as an adjuvant treatment for depression in elderly women: A randomized controlled trial. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 40(3), 256–263.
- Daevi Khairunisa, Azmi, K., Miranda, T., & Malisa, M. (2025). Terapi seni pada lansia sebagai upaya peningkatan kualitas hidup di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya. *ASPIRASI: Publikasi Hasil Pengabdian dan Kegiatan Masyarakat*.
- Liyanovitasari, & Suwanti. (2022). Efektifitas terapi kognitif terhadap peningkatan harga diri lansia yang mengalami kesepian. *Journal of Holistics and Health Sciences*, 4(2), 309–315. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v4i2.186>
- Rahmaniza, R., & Permasari, I. (2022). Peningkatan harga diri lansia menggunakan terapi reminiscence pada harga diri rendah lansia yang tinggal di PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru. *Jurnal Menara Medika*, 4(2). <https://doi.org/10.31869/mm.v4i2.3175>
- Ruriyanty, N. R., Basit, M., Andi, A., Nadya, H. E., & Teddyansyah, T. (2023). Terapi aktivitas kelompok terapan "terapi seni mewarnai pada lansia". *Jurnal Suaka Insan Mengabdikan (JSIM)*, 5(2), 18–24. <https://doi.org/10.51143/jsim.v5i2.525>

Stuckey, H. L., & Nobel, J. (2010). The connection between art, healing, and public health: A review of current literature. *American Journal of Public Health*, 100(2), 254–263.

World Health Organization. (2021). *Ageing and health report*. Geneva: WHO.

Yulianda, E. (2024). Hubungan harga diri dengan tingkat kesepian pada lansia di LKS LU Pangesti Lawang. *Journal of Mental Health Concerns*, 3(1), 25–29. <https://doi.org/10.56922/mhc.v3i1.836>