Layanan Bimbingan Konseling Pribadi dan Sosial bagi Lansia di Komunitas Desa Curio Kecamatan Curio Kabupaten Enrekang

Risdayanti*[1], Muhammad Junaedi Mahyuddin[2], Handayani Sura[3]
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Enrekang
*e-mail: risda4821@gmail.com

ABSTRAK
Risdayanti (2026) meneliti layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial bagi lansia di Desa Curio, Kecamatan Curio, Kabupaten Enrekang. Lansia di wilayah tersebut menghadapi berbagai permasalahan seperti kesepian, penurunan peran sosial, kecemasan, serta kesulitan beradaptasi terhadap perubahan fisik dan sosial. Oleh karena itu, diperlukan layanan bimbingan konseling yang terstruktur dan sesuai kebutuhan.Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi lansia sebelum dan sesudah layanan, serta mendeskripsikan pelaksanaannya. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain pra-eksperimen One Group Pretest–Posttest. Subjek penelitian berjumlah 7 lansia yang dipilih secara purposive sampling. Data dikumpulkan melalui angket, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan uji paired sample t-test.Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata kondisi pribadi dan sosial lansia dari 76 (pretest) menjadi 94 (posttest). Nilai signifikansi 0,000 < 0,05 menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah layanan. Selain itu, nilai korelasi sebesar 0,710 mengindikasikan hubungan yang kuat antara kedua kondisi. Dengan demikian, layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial terbukti efektif dalam meningkatkan kondisi lansia berbasis komunitas, khususnya di wilayah perdesaan.

Kata kunci : *Bimbingan Konseling, Lansia, Pribadi Dan Sosial, Komunitas, Efektivitas Layanan*

ABSTRACT
Risdayanti (2026) examined personal and social counseling services for the elderly in Curio Village, Curio District, Enrekang Regency. The elderly in this area face various issues such as loneliness, declining social roles, anxiety, and difficulties in adapting to physical and social changes. Therefore, structured and need-based counseling services are required. This study aimed to identify the condition of the elderly before and after the intervention, as well as to describe the implementation of the services. A quantitative approach with a pre-experimental One Group Pretest–Posttest design was employed. The subjects consisted of 7 elderly individuals selected through purposive sampling. Data were collected using questionnaires, observation, and documentation, and analyzed using a paired sample t-test.
The results showed an increase in the average score of the elderly's personal and social condition from 76 (pretest) to 94 (posttest). The significance value of 0.000 < 0.05 indicates a significant difference before and after the intervention. In addition, the correlation value of 0.710 reflects a strong relationship between the two conditions. Thus, personal and social counseling services are proven effective in improving the condition of community-based elderly, particularly in rural areas

Keywords **:** *Counseling Guidance, Elderly, Personal And Social, Community, Service Effectiveness*

PENDAHULUAN

Fenomena penuaan populasi telah menjadi isu global yang tidak dapat dihindari dalam era modern ini. World Health Organization (WHO) memproyeksikan bahwa pada pada tahun 2050, populasi lansia berusia 60 tahun ke atas akan mencapai 2,1 miliar jiwa di seluruh dunia, dengan peningkatan yang signifikan terjadi di negara-negara berkembang termasuk Indonesia. Transformasi demografis ini menciptakan tantangan kompleks yang memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak, terutama dalam hal penyediaan layanan kesehatan mental dan psikososial yang komprehensif bagi populasi lansia Indonesia, Organization (2022).

Indonesia sebagai negara dengan populasi terbesar keempat di dunia menghadapi tantangan serupa dalam menghadapi fenomena aging population ini. Badan pusat statistik (BPS) mencatat bahwa jumlah penduduk lansia di

indonesia pada tahun 2023 mencapai 29, 3 juta jiwa atau sekitar 10,82 % dari total populasi, dengan proyeksi akan terus meningkat hingga mencapai 15,8 % pada tahun 2035. Peningkatan jumlah lansia ini tidak hanya terjadi di daerah perkotaan, tetapi juga di wilayah perdesaan yang seringkali memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental dan psikososial yang memadai BPS, (2023).

Proses penuaan membawa berbagai perubahan kompleks dalam aspek fisik, psikologis, sosial, dan spritual yang dapat berdampak signifikan terhadap kualitas hidup lansia. (Santrock, 2019) menjelaskan bahwa lansia mengahadapi berbagai

tantangan psikologis seperti penyesuaian terhadap perubahan peran sosial, kehilangan orang-orang terdekat, penurunan fungsi kognitif, dan adaptasi terhadap keterbatasan fisik yang semakin meningkat. Kondisi ini sering kali menimbulkan berbagai masalah psikologis seperti depresi, kecemasan, kesepian, dan kehilangan makna hidup yang dapat menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan. Berbagai penelitian internasional menunjukkan bahwa lansia menghadapi tantangan multimensional yang memerlukan pendekatan holistik dalam penanganannya. Blazer, (2020) dalam kajiannya tentang kesehatan mental lansia menekankan bahwa prevalensi gangguan mental pada lansia mencapai 15-25% dari populasi lansia global, dengan depresi dan kecemasan sebagai gangguan yang paling umum terjadi. Kondisi ini diperparah oleh stigma sosial terhadap kesehatan mental yang masih kuat di masyarakat, sehingga banyak lansia yang tidak mendapatkan bantuan profesional yang dibutuhkan.

Di Indonesia, permasalahan kesehatan mental lansia menjadi semakin kompleks karena faktor budaya, ekonomi, dan akses terhadap layanan kesehatan yang masih terbatas. K. K. R. Indonesia, (2022) melaporkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada lansia di Indonesia mencapai 6,0% dari total populasi lansia, dengan angka yang lebih tinggi terjadi di wilayah perdesaan dibandingkan perkotaan. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan dalam akses dan kualitas layanan kesehatan mental antara daerah urban dan rural. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap permasalahan kesehatan mental lansia di Indonesia sangat beragam dan saling berinteraksi. Beberapa faktor utama yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis lansia, antara lain perubahan status ekonomi akibat pensiun, perubahan struktur keluarga, penurunan fungsi fisik dan kognitif, kehilangan pasangan hidup atau teman sebaya, serta adaptasi terhadap teknologi modern yang berkembang pesat. Kondisi isi memerlukan pendekatan intervensi yang komprehensif dan berkelanjutan untuk membantu lansia mengatasi berbagai tantangan yang di hadapi Hurlock, (2018).

Layanan bimbingan dan konseling telah terbukti sebagai salah satu pendekatan yang efektif dalam membantu lansia mengatasi berbagai permasalahan psikososial yang dihadapi. Bimbingan dan konseling sebagai proses bantuan profesional yang bertujuan membantu individu memahami diri, mengembangkan potensi, dan mengatasi berbagai permasalahan hidup melalui hubungan terapeuntik yang terstruktur Corey, (2021). Dalam konteks lansia, layanan bimbingan dan konseling dapat membantu mereka mengembangkan strategi coping yang adaptif, meningkatkan resiliensi psikologis, dan mempertahankan kualitas hidup yang optimal.

Penelitian yang dilakukan oleh Thompson & Smith, (2021) menunjukkan bahwa lansia yang mendapatkan layanan konseling secara teratur mengalami penurunan tingkat depresi sebesar 40% dan peningkatan kualitas hidup

sebesar 35% dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi serupa. Hasil ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis lansia dan dapat menjadi alternatif intervensi yang cost-effective dalam sistem pelayanan kesehatan. Pendekatan bimbingan dan konseling untuk lansia memiliki karasteristik khusus yang berbeda dengan populasi usia lainnya. Konseling lansia harus mempertimbangkan aspek-aspek unuk seperti tahap perkembangan psikososial, pengalaman hidup yang kaya, perubahan kognitif dan konteks sosial budaya yang spesifik. Oleh karena itu, konselor yang bekerja dengan lansia perlu memiliki kompetensi khusus dan pemahaman mendalam tentang dinamika psikologis proses penuaan Willis, (2019).

Wilayah perdesaan di Indonesia menghadapi tantangan khusus dalam penyediaan layanan bimbingan dan konseling bagi lansia. Karasteristik geografis, infrastruktur yang terbatas, dan sumber daya manusia yang kurang memadai menjadi hambatan utama dalam implementasi layanan kesehatan mental di daerah rural. Johnson et al., (2020) dalam penelitiannya tentang akses layanan kesehatan mental di daerah perdesaan menemukan bahwa lansia di wilayah perdesaan memiliki resiko 2,3 kali lebih tinggi untuk mengalami gangguan mental yang tidak tertangani di bandingkan dengan lansia di daerah perkotaan. Kondisi sosial ekonomi masyarakat perdesaan juga mempengaruhi kebutuhan dan aksebilitas terhadap layanan bimbingan dan konseling. Sebagian besar lansia di perdesaan memiliki tingkat pendidikan yang relatif rendah, ketergantungan ekonomi pada sektor pertanian, dan keterbatasan akses terhadap informasi tentang kesehatan mental D. S. R. Indonesia, (2022). Faktor-faktor ini menciptakan kompleksitas tersendiri dalam perancangan dan implementasi program bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan dan karasteristik masyarakat setempat. Di sisi lain, masyarakat perdesaan memiliki modal sosial yang kuat berupa sistem kekerabatan, gotong royong, dan nilai-nilai tradisional yang dapat menjadi sumber kekuatan dalam proses pemulihan dan pemeliharaan kesehatan mental lansia. Pentingnya mengintegrasikan nilai-nilai lokal dan kearifan tradisional dalam desain program bimbingan dan konseling untuk lansia di komunitas perdesaan agar intervensi yang diberikan dapat diterima dan berkelanjutan Anderson & Brown, (2021).

Kabupaten Enrekang merupakan salah satu kabupaten di sulawesi selatan yang memiliki karasteristik geografis pegunungan dengan mayoritas penduduk bermukim di wilayah perdesaan. Berdasarkan data BPS kabupaten Enrekang, (2023), jumlah penduduk lansia di kabupaten ini mencapai 12,8% dari total populasi atau sekitar 23.456 jiwa, dengan sebaran terbesar berada di wilayah perdesaan. Angka ini menunjukkan bahwa kabupaten Enrekang telah memasuki fase aging society yang memerlukan perhatian khusus dalam penyediaan layanan untuk populasi lansia. Desa Curio, yang terletak di Kecamatan Curio Kabupaten Enrekang, merupakan salah satu desa dengan populasi lansia yang cukup signifikan. Data monografi desa menunjukkan bahwa dari total 2.847 jiwa penduduk, sebanyak 394 jiwa atau 13,8% merupakan lansia berusia 60 tahun ke atas Curio, (2023). Mayoritas lansia di desa ini adalah petani yang telah pensiun atau masih aktif dengan kapasitas terbatas, dengan tingkat pendidikan yang umumnya rendah dan akses terbatas terhadap layanan kesehatan mental. Kondisi geografis Desa Curio yang berada di daerah pegunungan dengan akses transportasi yang terbatas menjadi tantangan tersendiri dalam penyediaan layanan kesehatan, termasuk layanan bimbingan dan konseling. Jarak tempuh ke pusat layanan kesehatan Kabupaten mencapai 45 kilometer dengan kondisi jalan yang belum optimal, sehingga mobilitas lansia untuk mengakses layanan kesehatan mental menjadi sangat terbatas.

Observasi awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Juli 2025, diperoleh data bahwa di posyandu Curio terdapat 15 orang lansia yang aktif mengikuti kegiatan posyandu setiap bulannya. Data ini menjadi dasar bagi peneliti dalam menentukan subjek penelitian serta dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling bagi lansia di Desa Curio. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Desa Curio menghadapi berbagai permasalahan yang berkaitan dengan kondisi sosial dan psikologis. Dari sisi sosial, perubahan struktur keluarga akibat urbanisasi menyebabkan banyak lansia yang tinggal sendiri atau hanya bersama pasangan yang juga lanjut usia. Keadaan ini berdampak pada meningkatnya risiko kesepian, isolasi sosial, dan menurunnya kesejahteraan psikologis. Selain itu, hilangnya peran tradisional lansia sebagai tokoh dan panutan keluarga turut berpengaruh terhadap kondisi mental mereka. Perubahan peran dan status sosial tersebut sering kali menimbulkan perasaan tidak berdaya, kehilangan motivasi, serta kesulitan dalam beradaptasi dengan perubahan lingkungan sosial yang semakin kompleks.

Oleh karena itu intervensi berupa layanan bimbingan dan konseling pribadi maupun sosial sangat penting untuk membantu lansia untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta membangun kembali rasa percaya diri dalam menghadapi masa tua. Pemilihan layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial ini di dasarkan pada kebutuhan lansia yang tidak hanya berkaitan dengan penyesuaian diri secara pribadi, tetapi juga dalam berinteraksi dan menjalin hubungan sosial di lingkungan sekitar. Maka dari itu peneliti terrtarik untuk meneliti lebih mendalam dan mengambil judul tentang "Layanan Bimbingan Konseling Pribadi dan Sosial Bagi Lansia Di Komunitas Desa Curio, Kecamatan Curio, Kabupaten Enrekang".

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experimental (*one group pretest-postest design*) untuk mengukur efektivitas layanan bimbingan dan konseling bagi lansia di Komunitas Desa Curio Kecamatan Curio, Kabupaten Enrekang. Dalam desain ini, lansia sebagai subjek penelitian terlebih dahulu diberikan pretest untuk mengetahui kondisi awal pribadi dan sosial. Selanjutnya diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial. Setelah intervensi selesai, lansia diberikan postest untuk mengetahui perubahan kondisi mereka. Perbandingan skor pretest-postest inilah yang akan menunjukkan sejauh mana layanan bimbingan dan konseling pribadi sosial berpengaruh terhadap peningkatan kondisi lansia di Desa Curio.

Menurut Sugiyono (2019), penelitian kuantitatif adalah penelitian yang berlandaskan filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah di tetapkan.

Tabel 3. 1 Desain penelitian one group pretest-postest design

Evaluasi Awal	Perlakuan	Evaluasi hasil
O1	**X**	***O2***

Keterangan :

O1 : Pengukuran kondisi awal lansia (angket dan observasi sebelum layanan)

X : Memberikan treatment berupa layanan bimbingan dan konseling pribadi dan sosial

O2 : Pengukuran kondisi lansia setelah mengikuti layanan

Hal pertama lansia mengisi angket untuk mengetahui kondisi pribadi (penerimaan diri, emosi optimisme) dan sosial (hubungan keluarga, dukungan sosial), selanjurnya diberi treatment berupa layanan bimbingan dan konseling pribadi sosial , setelah itu, lansia kembali mengisi angket yang sama untuk mengetahui perubahan setelah intervensi

Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian mengenai layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial bagi lansia di Desa Curio telah disusun dengan jadwal yang sistematis sebagai panduan pelaksanaan. Jadwal ini berfungsi sebagai roadmap agar setiap tahapan penelitian berjalan terarah, terorganisir, dan selesai tepat waktu. Secara umum, kegiatan penelitian meliputi tahap persiapan (observasi, pencarian referensi, dan penyusunan proposal), tahap pelaksanaan (pengumpulan dan analisis data), serta tahap pelaporan (penyusunan laporan hasil penelitian) yang dilaksanakan secara bertahap sesuai waktu yang telah direncanakan.

Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Dalam konteks penelitian, populasi mencakup semua elemen yang relevan dengan pertanyaan penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia usia 60 tahun ke atas yang berdomisili di Desa Curio, Kecamatan Curio, Kabupaten Enrekang sebanyak 15 lansia yang masih memiliki kemampuan kognitif serta fisik yang memungkinkan untuk mengikuti kegiatan layanan bimbingan dan konseling.

Tabel 3.3 populasi penelitian

NO	Objek Penelitian	Jenis Kelamin	Jumlah
1.	Lansia	Laki-laki	7
2.	Lansia	Perempuan	8
Jumlah		15	

2. Sampel

Dalam penentuan jumlah sampel, yang akan di olah dari jumlah populasi yaitu 15 orang lansia di Desa Curio, maka harus dilakukan dengan teknik pengambilan sampel yang tepat. Adapun cara pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik purposive sampling. Purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel yang didasarkan pada pertimbangan tertentu sesuai dengan tujuan penelitian, dimana peneliti memilih responden yang di anggap paling relevan dan memenuhi kriteria penelitian Sugiyono, (2017). Teknik ini digunakan agar data yang diperoleh benar-benar mewakili kondisi yang diteliti meskipun jumlah sampel relatif kecil maka dapat dikatakan bahwa sampel dalam penelitian ini adalah 7 orang lansia yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi penelitian, seperti berusia 60 tahun, memiliki kemampuan kognitif yang memadai untuk mengikuti layanan bimbingan dan konseling, bersedia menjadi responden penelitian, serta memiliki permasalah pribadi dan sosial yang sama seperti perasaan kesepian, kecemasan, perubahan emosi, atau kesulitan menerima kondisi dan berkurangnya interaksi sosial. Dengan demikian, sampel penelitian ini adalah 7 orang lansia yang terdiri dari 3 laki-laki dan 4 perempuan.

Tabel 3.4 sampel penelitian

	Laki-laki	**Perempuan**	**Memenuhi kriteria**
Lansia	3	4	7
Jumlah	7		

Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan mengenai konsep variabel penelitian agar dapat dipahami secara konkret, jelas, dan terukur. Definisi ini berfungsi sebagai pedoman dalam pengumpulan data sehingga setiap variabel dapat di amati secara objektif dan sistematis sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen yang di jabarkan sebagai berikut:penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen yang di jabarkan sebagai berikut:

1. Variabel independen (X) layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial

Variabel independen dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial. Secara operasional, variabel ini dimaknai sebagai bentuk bantuan profesional yang diberikan kepada lansia untuk membentu mereka mengatasi permasalahan psikologis maupun sosial. Layanan konseling pribadi diarahkan untuk meningkatkan penerimaan diri, membangun kepercayaan diri,

mengembangkan kemampuan mengendalikan emosi, serta menumbuhkan sikap optimis dalam menjalani masa tua. Adapun layanan konseling sosial berfokus pada penigkatan kualitas hubungan keluarga, mempererat interaksi dengan teman sebaya, memperkuat dukungan dari lingkungan, serta mendorong partisipasi aktif dalam kegiatan sosial masyarakat. Variabel ini dalam penelitian berfungsi sebagai perlakuan (treatment) dalam *desain one group pretest-posttest.*

2. **Variabel Dependen (Y) kondisi pribadi dan sosial lansia**

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kondisi pribadi dan sosial lansia setelah memperoleh layanan bimbingan dan konseling. Secara operasional, kondisi pribadi mencangkup sejauh mana lansia mampu menerima keadaan dirinya, memiliki rasa percaya diri, mengendalikan emosi, serta tetap memiliki optimisme dalam menghadapi masa tua. Sementara itu, kondisi sosial meliputi kualitas hubungan dengan keluarga, intensitas interaksi dengan teman sebaya, keberadaan dukungan sosial dari lingkungan sekitar, serta tingkat parsitipasi dalam kegiatan sosial di desa. Efektivitas layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial dalam penelitian ini diukur melalui perubahan kondisi psikososial lansia sebelum dan sesudah intervensi, yang ditandai dengan berkurangnya stres, kesepian, dan kecemasan, serta meningkatnya penerimaan diri, motivasi hidup, dan kemampuan menjalin hubungan sosial secara harmoni

Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Teknik observasi akan dilakukan untuk mengamati secara langsung interaksi dan dinamika sosial di antara lansia dalam komunitas. Peneliti akan mengamati kegiatan sehari-hari lansia, termasuk parsitipasi mereka dalam program bimbingan konseling yang ada. Observasi ini bertujuan untuk memahami konteks sosial dan budaya yang mempengaruhi kebutuhan dan harapan lansia terhadap layanan bimbingan dan konseling. Catatan lapangan akan di buat untuk mendokumentasikan temuan yang relevan selama proses observasi Creswell, (2014).

b. Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan mengumpulkan berbagai bahan tertulis, gambar, atau rekaman yang berhubungan dengan objek penelitian. Dalam penelitian ini, dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data berupa foto kegiatan selama proses konseling individu, serta dokumen lain yang relevan seperti RPL.

c. Angket

Angket disusun berdasarkan indikator pribadi (penerimaan diri, kepercayaan diri, pengendalian emosi, optimisme) dan sosial (hubungan keluarga, hubungan sebaya, dukungan sosial, partisipasi sosial). Angket diberikan dua kali , yaitu sebelum perlakuan (pretest) untuk mengetahui kondisi awal lansia, dan setelah perlakuan (postest) untuk mengetahui perubahan yang terjadi.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan peneliti untuk memperoleh data yang sesuai dengan variabel penelitian secara objektif, sistematis, dan terukur. Dalam penelitian ini, instrumen berfungsi untuk mengetahui kondisi pribadi dan sosial lansia sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial. Instrumen utama yang digunakan adalah angket dan lembar observasi. Angket digunakan untuk menggali sikap, pengalaman, dan pandangan lansia terhadap dirinya maupun lingkungannya. Aspek pribadi yang diukur melalui angket meliputi penerimaan diri, kepercayaan diri, kemampuan mengendalikan emosi, dan optimisme dalam menjalani masa tua. Sedangkan aspek sosial mencakup keharmonisan hubungan keluarga, interaksi dengan teman sebaya, dukungan dari lingkungan sekitar, serta partisipasi dalam kegiatan masyarakat. Angket disusun dalam bentuk pernyataan tertutup dengan menggunakan skala Likert empat pilihan, yakni sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Bentuk ini dipilih karena memudahkan lansia untuk memberikan jawaban yang jelas sekaligus memungkinkan peneliti untuk mengolah data secara kuantitatif. Selain angket, penelitian ini juga menggunakan lembar observasi. Instrumen ini berfungsi untuk menilai perilaku nyata lansia selama mengikuti proses bimbingan dan konseling. Melalui observasi, peneliti dapat mengamati ekspresi non-verbal, tingkat keaktifan, keterlibatan dalam diskusi, dan interaksi sosial yang muncul selama kegiatan berlangsung. Lembar observasi dirancang menggunakan skala penilaian dengan kategori selalu, sering, kadang-kadang, dan tidak pernah. Kehadiran lembar observasi melengkapi data dari angket karena mampu memberikan gambaran yang lebih objektif melalui pengamatan langsung.

Penyusunan butir angket dan observasi didasarkan pada kisi-kisi yang mengacu pada indikator variabel penelitian. Kisi-kisi ini tidak diambil langsung oleh buku tertentu, melainkan disusun sendiri oleh peneliti dengan cara mengembangkan indikator dari teori kondisi pribadi dan sosial lansia. Kisi-kisi ini memastikan bahwa setiap indikator dioperasionalkan ke dalam bentuk pernyataan yang konkret, mudah dipahami, serta dapat diuji validitas dan reliabilitasnya. Dengan demikian, instrumen yang digunakan tidak hanya memiliki kejelasan konsep, tetapi juga dapat dipertanggungjawabkan secara metodologis

Secara keseluruhan, instrumen penelitian yang terdiri dari angket dengan 30 pernyataan dan lembar observasi dengan jumlah yang sama dirancang agar saling melengkapi. Data dari angket memberikan gambaran persepsi subjektif lansia, sedangkan data dari observasi memberikan bukti objektif tentang perilaku mereka. Kedua jenis data tersebut kemudian diolah dan dianalisis dengan teknik statistik deskriptif maupun uji hipotesis untuk mengetahui perbedaan kondisi lansia sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian dalam kajian ini telah di rancang secara komprehenshif, mencakup aspek pribadi dan sosial lansia, serta menggabungkan metode pengukuran subjektif melalui angket dan objektif melalui observasi. Rancangan instrumen ini diharapkan mampu memberikan hasil penelitian yang lebih akurat dan mendalam mengenai efektivitas layanan bimbingan dan konseling pribadi serta sosial dalam meningkatkan kualitas hidup lansia di Desa Curio.

Instrumen penelitian ini disusun untuk mengukur kondisi pribadi dan sosial lansia menggunakan skala Likert. Variabel **kondisi pribadi** terdiri dari empat indikator, yaitu penerimaan diri, kepercayaan diri, pengendalian emosi, dan optimisme hidup, dengan total 20 item pernyataan (kombinasi favorable dan

unfavorable). Sementara itu, variabel **kondisi sosial** mencakup hubungan keluarga, interaksi sosial, dukungan sosial, dan partisipasi sosial, dengan total 10 item. Secara keseluruhan, jumlah item dalam instrumen adalah 30 butir.

Pengumpulan data dilakukan melalui angket dengan skala Likert untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi responden. Setiap jawaban diberi skor, yaitu: Sangat Setuju (5), Setuju (4), Netral (3), Tidak Setuju (2), dan Sangat Tidak Setuju (1). Skala ini digunakan agar data yang diperoleh lebih terukur dan akurat dalam menggambarkan kondisi pribadi dan sosial lansia.

Validitas Dan Reliabilitas Instrumen

Uji validitas bertujuan menilai kemampuan instrumen dalam mengukur variabel yang diteliti. Pengujian dilakukan melalui dua tahap, yaitu validitas isi dengan expert judgement untuk menilai kesesuaian, kejelasan, dan relevansi butir pernyataan, serta validitas konstruk menggunakan korelasi Product Moment Pearson. Instrumen dinyatakan valid jika nilai signifikansi < 0,05 atau r-hitung > r-tabel.**.** Uji reliabilitas bertujuan mengukur konsistensi internal instrumen. Pengujian dilakukan menggunakan Cronbach Alpha, di mana instrumen dinyatakan reliabel jika nilai $\alpha \geq 0{,}70$. Nilai antara 0,70–0,90 menunjukkan tingkat konsistensi yang tinggi, sehingga data yang dihasilkan dapat dipercaya.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif menggunakan statistik deskriptif dan inferensial berdasarkan data observasi, wawancara, dan angket. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta kondisi psikososial lansia sebelum dan sesudah layanan, dengan menghitung nilai rata-rata (mean) untuk melihat perubahan atau peningkatan. Uji normalitas dilakukan untuk memastikan data berdistribusi normal sebagai syarat analisis lanjutan, dengan kriteria nilai signifikansi > 0,05 menunjukkan data normal. Selanjutnya, uji paired sample t-test digunakan untuk mengetahui perbedaan signifikan antara kondisi lansia sebelum dan sesudah intervensi, sehingga dapat menilai efektivitas layanan bimbingan dan konseling. Selain itu, uji korelasi Pearson digunakan untuk melihat hubungan antara karakteristik lansia dengan kebutuhan layanan. Seluruh analisis dilakukan menggunakan SPSS versi 25 dengan tingkat signifikansi 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian tentang layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial bagi lansia di Desa Curio dengan melibatkan 7 responden. Data yang diperoleh dari proses penelitian selanjutnya diolah untuk menghasilkan temuan penelitian. Penelitian dilakukan di Desa Curio yang merupakan wilayah perdesaan dengan mayoritas

penduduk bekerja sebagai petani. Interaksi sosial masyarakat umumnya terjadi pada waktu tertentu, seperti sore hari atau kegiatan desa. Jumlah lansia di desa ini cukup tinggi, dengan kondisi produktivitas yang menurun seiring usia.

Gambaran umum kondisi pribadi dan sosial lansia sebelum diberikan layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial

Tabel. 4.1 Tabel Pre-Test

No.	Responden	Jenis Kelamin	Skor	Kategori
1	KN	Laki-laki	76	Sedang
2	SH	Perempuan	79	Tinggi
3	EN	Perempuan	74	Rendah
4	S	Perempuan	81	Tinggi
5	TH	Laki-laki	72	Rendah
6	K	Perempuan	78	Sedang
7	H	Laki-laki	75	Sedang
	Total		**535**	
	Rata - Rata		**76**	

Penelitian di Desa Curio menunjukkan bahwa lansia memiliki kondisi psikologis dan sosial yang kurang optimal, ditandai dengan rendahnya penerimaan diri, kepercayaan diri, serta terbatasnya interaksi dan partisipasi sosial. Hasil pre-test pada 7 responden menunjukkan skor rata-rata 76 (kategori sedang), yang menggambarkan kondisi awal lansia sebelum diberikan layanan bimbingan konseling.

1. **Penerimaan diri**

   Hasil pre-test menunjukkan bahwa penerimaan diri lansia didominasi oleh sikap netral (54%), diikuti setuju (23%), sangat setuju (8%), tidak setuju (6%), dan sangat tidak setuju (8%). Sebagian besar lansia (86%) masih bersikap netral dalam menerima kondisi penuaan, 57% merasa malu dengan kondisi fisik, dan 57% merasa kurang percaya diri. Meskipun demikian, 57% lansia merasa damai dengan usia lanjut. Data ini menunjukkan bahwa penerimaan diri lansia masih perlu ditingkatkan.

2. **Kepercayaan Diri**

   Hasil pre-test menunjukkan bahwa kepercayaan diri lansia didominasi sikap netral (51%), diikuti tidak setuju (37%) dan setuju (11%). Sebanyak 71% lansia bersikap netral terkait keyakinan masih bermanfaat, sementara 57% merasa tidak berguna. Dalam komunikasi, 57% bersikap netral dan 43%

tidak percaya diri berbicara. Namun, 86% yakin mampu menghadapi tantangan dan 100% merasa tetap berharga. Data ini menunjukkan kepercayaan diri lansia masih bervariasi dan perlu ditingkatkan.

3. **Pengendalian Emosi**

   Hasil pre-test menunjukkan pengendalian emosi lansia didominasi sikap netral (54%), diikuti setuju (26%) dan tidak setuju (20%). Sebanyak 100% lansia bersikap netral terkait kemampuan mengendalikan amarah, mudah marah, dan tetap tenang saat menghadapi masalah, serta 100% tidak setuju bahwa mereka mampu menenangkan diri saat kecewa. Selain itu, 71% bersikap netral dan 29% setuju bahwa mereka sulit berpikir jernih saat marah. Data ini menunjukkan pengendalian emosi lansia masih rendah dan perlu ditingkatkan.

4. **Optimisme**

   Hasil pre-test menunjukkan bahwa optimisme lansia didominasi sikap netral (54%) dan tidak setuju (40%), dengan hanya 6% setuju. Sebanyak 57% lansia bersikap netral dan 43% tidak yakin masa depan mereka baik, sementara 71% merasa masa depan suram dan 71% tidak selalu berpikir positif. Namun, 71% tetap bersemangat menjalani aktivitas sehari-hari. Selain itu, 57% tidak percaya hidupnya masih bermanfaat. Data ini menunjukkan tingkat optimisme lansia masih rendah dan perlu ditingkatkan.

5. **Hubungan Keluarga**

   Hasil pre-test menunjukkan bahwa hubungan keluarga lansia didominasi sikap netral (56%), diikuti tidak setuju (32%) dan setuju (14%). Sebanyak 71% lansia bersikap netral terkait perasaan dihargai, 57% merasa tidak dilibatkan dalam keputusan keluarga, dan 57% merasa tidak dekat dengan keluarga. Namun, 57% merasa mendapat perhatian. Data ini menunjukkan hubungan keluarga lansia masih kurang optimal dan perlu ditingkatkan.

6. **Hubungan Sesama lansia**

   Hasil pre-test menunjukkan bahwa hubungan sesama lansia didominasi sikap netral (48%), diikuti tidak setuju (38%) dan setuju (14%). Sebagian lansia masih kurang nyaman berinteraksi dan jarang berkumpul dengan sesama. Data ini menunjukkan bahwa hubungan sosial antar lansia masih rendah dan perlu ditingkatkan.

7. **Dukungan Sosial**

   Hasil pre-test menunjukkan bahwa dukungan sosial lansia didominasi sikap netral (58%), diikuti tidak setuju (35%) dan setuju (5%). Sebanyak 71% lansia bersikap netral merasa mendapat dukungan dari tetangga, sementara 86% menilai lingkungan kurang mendukung mereka untuk tetap aktif. Data ini menunjukkan dukungan sosial lansia masih rendah dan perlu ditingkatkan.

8. **Parsitipasi social**

   Hasil pre-test menunjukkan bahwa partisipasi sosial lansia sangat rendah, dengan 86% tidak setuju dan hanya 14% netral dalam keterlibatan kegiatan sosial. Secara umum, kondisi pribadi lansia masih

kurang optimal, ditandai rendahnya kepercayaan diri, pengendalian emosi, dan pandangan negatif terhadap masa depan. Sementara itu, kondisi sosial lansia tergolong sedang, namun masih terbatas dalam interaksi, partisipasi, dan dukungan sosial. Hal ini menunjukkan perlunya layanan bimbingan konseling untuk meningkatkan kondisi pribadi dan sosial lansia.

2. Deskripsi Proses Pemberian layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial bagi lansia

Pembahasan ini menjelaskan pelaksanaan layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial bagi lansia di Desa Curio yang dilakukan dalam 4 pertemuan dengan 7 responden. Setiap pertemuan difokuskan pada aspek berbeda, yaitu penerimaan diri, pengelolaan emosi dan optimisme, peningkatan interaksi sosial, serta penguatan kebermanfaatan diri. Pada pertemuan awal, lansia mulai membangun kepercayaan dan memahami pentingnya penerimaan diri, meskipun masih cenderung pasif. Pertemuan kedua menunjukkan peningkatan pemahaman terkait pengelolaan emosi dan pola pikir positif, meskipun keterbukaan lansia bervariasi. Pada pertemuan ketiga, lansia mulai menyadari pentingnya hubungan sosial dan menunjukkan keinginan untuk lebih aktif berinteraksi. Pertemuan keempat menekankan pada partisipasi sosial dan kebermanfaatan diri, di mana lansia mulai mampu mengidentifikasi potensi diri dan merencanakan tindakan sederhana yang bermanfaat. Secara keseluruhan, layanan ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman, keterbukaan, dan motivasi lansia dalam aspek pribadi dan sosial, sehingga membantu mereka menjadi lebih percaya diri, optimis, dan aktif dalam kehidupan sehari-hari.

3. Gambaran Kondisi Pribadi Dan Sosial Lansia Setelah Diberikan Layanan Bimbingan Konseling Pribadi Dan Sosial

Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan setelah layanan bimbingan konseling, dengan skor lansia berada pada rentang 92–97 dan rata-rata meningkat dari 76 menjadi 94 (kenaikan 18 poin). Seluruh responden berada pada kategori tinggi, yang menunjukkan adanya perubahan positif pada kondisi pribadi dan sosial. Pada aspek pribadi, terjadi peningkatan penerimaan diri (86% setuju menerima kondisi), kepercayaan diri (100% merasa berharga dan mampu menghadapi tantangan), pengendalian emosi (100% mampu mengendalikan amarah dan menenangkan diri), serta optimisme (100% yakin masa depan baik dan berpikir positif). Pada aspek sosial, hubungan sesama lansia meningkat signifikan (95% setuju), partisipasi sosial meningkat (100%), dan hubungan keluarga menunjukkan perbaikan meskipun masih didominasi sikap netral (50%). Namun, dukungan sosial masih belum optimal karena mayoritas responden (65%)

masih bersikap netral. Secara keseluruhan, layanan bimbingan konseling terbukti efektif meningkatkan kondisi pribadi dan sosial lansia, meskipun aspek dukungan sosial masih perlu ditingkatkan.

4. Perbandingan Hasil Pre-Test dan Postest Lansia

Tabel 4.19 perbandingan hasil pre-test dan post-test

NO	Responden	Jenis kelamin	Pre-test	kategori	Post-test	Kategori
1.	KN	Laki-laki	76	Sedang	94	Tinggi
2.	SH	Perempuan	79	Tinggi	95	Tinggi
3.	EN	Perempuan	74	Rendah	92	Tinggi
4.	S	Perempuan	81	Tinggi	97	Tinggi
5.	TH	Laki-laki	72	Rendah	93	Tinggi
6.	K	Perempuan	78	Sedang	94	Tinggi
7.	H	Laki-laki	75	Sedang	96	Tinggi

Berdasarkan tabel hasil pre-test dan post-test tujuh responden lansia, terlihat adanya perbedaan yang jelas antara kondisi sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial. Pada tahap pre-test, skor responden berada pada kategori yang bervariasi, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Dari tujuh responden, dua responden berada pada kategori rendah, tiga responden pada kategori sedang, dan dua responden pada kategori tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebelum layanan diberikan, sebagian lansia masih mengalami keterbatasan dalam aspek pribadi dan sosial.

Setelah diberikan layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial, hasil post-test menunjukkan peningkatan skor pada seluruh responden. Seluruh responden mengalami kenaikan nilai dan berada pada kategori tinggi. Responden KN mengalami peningkatan dari skor 76 (kategori sedang) menjadi 94 (kategori tinggi). Responden EN dan TH yang pada pre-test berada pada kategori rendah, masing-masing meningkat menjadi 92 dan 93 dengan kategori tinggi. Responden K dan H yang sebelumnya berada pada kategori sedang juga mengalami peningkatan skor yang signifikan hingga mencapai kategori tinggi pada post-test. Sementara itu, responden SH dan S yang sejak awal berada pada kategori tinggi tetap menunjukkan peningkatan skor yang lebih tinggi pada post-test.

Secara keseluruhan, perbandingan antara hasil pre-test dan post-test menunjukkan bahwa layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kondisi pribadi dan sosial lansia. Peningkatan skor yang konsisten dan perubahan kategori dari rendah dan sedang menjadi tinggi mengindikasikan bahwa layanan yang diberikan efektif dalam membantu lansia meningkatkan

penerimaan diri, pengelolaan emosi, optimisme, serta kemampuan berinteraksi dan berpartisipasi secara sosial di lingkungan sekitar.

Hasil Analisis Data

Uji Hipotesis

Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas, jika nilai signifikansi > 0,05 maka residual dinyatakan berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi < 0,05 maka residual dianggap tidak berdistribusi normal.

Tabel 4.19 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		pre_test	post_test
N		7	7
Normal Parameters[a,b]	Mean	76.43	94.43
	Std. Deviation	3.101	1.718
Most Extreme Differences	Absolute	.126	.170
	Positive	.126	.170
	Negative	-.122	-.116
Test Statistic		.126	.170
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200[c,d]	.200[c,d]
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. This is a lower bound of the true significance.			

Tabel 4.19 berisi hasil uji normalitas. Diketahui nilai signifikansi sebesar 0,200 > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Uji paired sample t-Test

Dasar pengambilan keputusan dari uji sampel paired T-Test :

1. **Jika nilai sig. (2-tailed) < 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan antara** layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial bagi lansia.
2. **Jika nilai sig. (2-tailed) > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara** layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial bagi lansia

Tabel 4.20 Uji Sampel Paired T-Test

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pre_test - post_test	-18.000	2.236	.845	-20.068	-15.932	-21.298	6	.000

Hasil uji paired sample t-test menunjukkan nilai signifikansi 0,000 < 0,05, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test. Hal ini berarti layanan bimbingan konseling efektif dalam meningkatkan kondisi psikososial lansia. Sementara itu, pada uji korelasi Pearson, data dinyatakan berkorelasi jika nilai signifikansi < 0,05, dan tidak berkorelasi jika nilai signifikansi > 0,05.

Tabel 4.21 Pedoman Derajat Hubungan (R)

No.	Nilai Person Correlation	Keterangan
1.	0,81 – 1,00	Korelasi sempurna
2.	0,61 – 0,80	Korelasi kuat
3.	0,41 – 0,60	Korelasi sedang
4.	0,21 – 0,40	Korelasi lemah
5.	0,00 – 0,20	Tidak ada korelasi

Tabel 4.22 Correlations

Correlations			
		pre_test	post_test
pre_test	Pearson Correlation	1	.710
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	7	7
post_test	Pearson Correlation	.710	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	7	7

Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara nilai pre-test dan post-test pada layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial bagi lansia. Hal ini terlihat dari nilai korelasi sebesar **0,710** yang termasuk kategori hubungan kuat serta nilai signifikansi **0,000** < 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut saling berkorelasi. Temuan ini memberikan gambaran bahwa layanan bimbingan konseling yang diberikan mampu memberikan perubahan positif, tercermin dari keterkaitan yang signifikan antara kondisi lansia sebelum dan setelah mengikuti layanan

Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item instrumen dinyatakan valid, karena nilai r hitung lebih besar dari r tabel (0,754). Hal ini menandakan bahwa instrumen mampu mengukur variabel yang diteliti secara tepat. Sementara itu, uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 1,000 (> 0,7), sehingga instrumen dinyatakan sangat reliabel. Dengan demikian, instrumen yang digunakan memiliki tingkat konsistensi yang sangat tinggi dan layak digunakan dalam penelitian.

Penerimaan diri lansia setelah diberikan layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penerimaan diri lansia setelah diberikan layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial menunjukkan peningkatan yang signifikan dan berada pada kategori tinggi. Lansia semakin mampu memahami dan menerima kondisi dirinya secara utuh, baik yang berkaitan dengan perubahan fisik, psikologis, maupun sosial yang dialami pada masa lanjut usia. Setelah mengikuti layanan, lansia menunjukkan sikap yang lebih positif terhadap diri sendiri, memiliki emosi yang lebih stabil, serta mampu menyikapi keterbatasan dengan perasaan ikhlas dan realistis. Selain itu, lansia juga tampak lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan, memiliki rasa percaya diri yang lebih baik, serta menunjukkan pandangan hidup yang lebih optimis dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Ini di dasarkan pada hasil pengukuran akhir (post-test), skor rata-rata lansia mengalami peningkatan dibandingkan dengan skor pada pre-test. Peningkatan tersebut terlihat pada aspek penerimaan diri, stabilitas emosi, optimisme terhadap kehidupan, serta kemampuan menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitar.

Hasil analisis statistik menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi lansia sebelum dan sesudah diberikan layanan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan dan konseling pribadi dan sosial berpengaruh secara positif terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis dan sosial lansia di Komunitas Desa Curio.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kondisi pribadi dan sosial lansia. Peningkatan skor rata-rata dari 76 pada pre-test

menjadi 94 pada post-test mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam membantu lansia mengatasi permasalahan psikologis dan sosial yang sebelumnya dialami, seperti rendahnya penerimaan diri, ketidakstabilan emosi, serta keterbatasan interaksi sosial.

Secara proses, perubahan tersebut terjadi secara bertahap melalui empat tahapan layanan, dimulai dari pembentukan hubungan konseling hingga tahap evaluasi dan penguatan. Pada tahap awal, lansia cenderung pasif, namun seiring berjalannya layanan, mereka mulai menunjukkan keterbukaan emosional, kemampuan menerima kondisi diri, serta peningkatan partisipasi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan konseling yang terstruktur mampu memfasilitasi kebutuhan emosional lansia untuk didengar, dipahami, dan diberdayakan.

Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menekankan pentingnya dukungan sosial dan resiliensi dalam meningkatkan kesehatan mental lansia. Layanan konseling yang diberikan dalam penelitian ini secara tidak langsung berfungsi sebagai sarana dukungan sosial, sekaligus membantu meningkatkan penerimaan diri, kepercayaan diri, dan kemampuan pengendalian emosi lansia. Selain itu, peningkatan interaksi sosial yang terjadi selama proses konseling turut berkontribusi dalam mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kesejahteraan subjektif lansia.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini juga memperkuat temuan bahwa keterlibatan sosial, hubungan keluarga yang harmonis, serta sikap optimis merupakan faktor penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Melalui layanan bimbingan konseling sosial, lansia didorong untuk kembali aktif dalam lingkungan sosialnya, sehingga mampu membangun kembali rasa memiliki dan keterhubungan dengan komunitas.

Dengan demikian, layanan bimbingan konseling pribadi dan sosial tidak hanya berperan dalam mengatasi permasalahan individu, tetapi juga berkontribusi dalam memperkuat aspek sosial lansia. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan konseling yang holistik dan berkelanjutan sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup lansia secara menyeluruh.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, kondisi pribadi dan sosial lansia di Komunitas Desa Curio sebelum diberikan layanan bimbingan dan konseling berada pada kategori cukup hingga rendah, dengan rata-rata skor pre-test sebesar 76. Lansia masih menghadapi berbagai permasalahan seperti rendahnya penerimaan diri, perasaan tidak berguna, emosi yang kurang stabil, kesepian, serta keterbatasan dalam interaksi sosial dan adaptasi terhadap perubahan peran.

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling pribadi dan sosial dilakukan secara terencana dan berkelanjutan dengan menyesuaikan kebutuhan lansia. Layanan ini membantu lansia dalam memahami dan menerima kondisi diri, mengelola emosi, meningkatkan kepercayaan diri dan optimisme, serta memperbaiki hubungan sosial dan partisipasi dalam masyarakat.

Setelah diberikan layanan, terjadi peningkatan yang signifikan dengan rata-rata skor post-test menjadi 94. Lansia menunjukkan perubahan positif dalam penerimaan diri, kestabilan emosi, optimisme, serta kemampuan menjalin

hubungan sosial. Hasil uji statistik yang menunjukkan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 menegaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling pribadi dan sosial efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan sosial lansia.

Sebagai tindak lanjut, disarankan agar layanan ini dapat dijadikan program rutin oleh pemerintah desa melalui kerja sama dengan instansi terkait. Keluarga dan masyarakat juga diharapkan lebih berperan aktif dalam memberikan dukungan dan melibatkan lansia dalam kehidupan sosial. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode yang lebih kuat serta mengkaji variabel lain untuk memperkaya hasil penelitian terkait kesejahteraan lansia.

DAFTAR PUSTAKA

Amin, M. (2012). Dasar-dasar bimbingan dan konseling: Konsep, teori, dan praktik layanan konseling di sekolah dan masyarakat (Cetakan ke-3). Jakarta: Rineka Cipta.

Anderson, J., & Brown, P. (2021). Community-based counseling approaches for the elderly: Strategies for mental health and social support in aging populations. New York: Routledge, Taylor & Francis Group.

Aprilia, R., Desmawati, R., & Darmayanti, N. (2022). Terapi reminiscence spiritual untuk menurunkan depresi lansia di PSTW Kalimantan. Jurnal Keperawatan Gerontik Indonesia, 14(2), 55–64. Banjarmasin: Universitas Lambung Mangkurat.

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2021). Profil kesejahteraan lansia di Indonesia*: Laporan nasional mengenai kondisi social, ekonomi, dan kesehatan lanjut usia*. Jakarta: BKKBN Republik Indonesia.

Badan Pusat Statistik (BPS). (2023). *Statistik penduduk lanjut usia tahun 2023.* Jakarta: Badan Pusat Statistik Republik Indonesia, direktorat statistic kependudukan dan ketenagakerjaan

Badan Pusat Statistik Kabupaten Enrekang. (2023). Statistik kesejahteraan rakyat Kabupaten Enrekang tahun 2023. Enrekang: BPS Kabupaten Enrekang.

Blazer, D. (2020). Depression in late life: A multidisciplinary psychiatric approach (2nd ed.). New York: Oxford University Press.

Burhani, A., & Indrawan, Y. (2024). Layanan konseling kelompok berbasis komunitas untuk kesejahteraan psikososial lansia. Jurnal Konseling Indonesia, 9(1), 22–34. Jakarta: Asosiasi bimbingan dan konseling Indonesia (ABKIN)

Chen, L., & Zhang, Y. (2020). Optimism and life satisfaction among older adults. Journal of Gerontology & Geriatric Research, 9(5), 1–7. https://doi.org/10.4172/2167-7182.1000453

Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). Research methods in education (8th ed.). London & New York: Routledge.

Corey, G. (2021). Theory and practice of counseling and psychotherapy (10th ed.). Boston: Cengage Learning.

Creswell, J. W. (2014). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Curio. (2023). *Profil Desa Curio tahun 2023: Laporan data monografi desa mengenai penduduk, ekonomi, dan sosial budaya*. Enrekang: Pemerintah Desa Curio, Kecamatan Curio, Kabupaten Enrekang.

Faqih, A. (2024). *Metode bimbingan dan konseling: Strategi layanan pendidikan dan sosial di era modern*. Bandung: Alfabeta, Penerbit Pendidikan Nasional.

Hurlock, E. B. (2010). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga, Edisi Ketiga.

Hurlock, E. B. (2018). *Psikologi perkembangan: Teori-teori perkembangan dari masa kanak-kanak sampai lansia*. Jakarta: Erlangga, Cetakan Ke-4.

Hurlock, E. B. (2020). Developmental psychology: A life-span approach (8th ed.). New York: McGraw-Hill Education.

Hurlock, E. B. (2022). *Bimbingan konseling pribadi pada lansia: Teori dan praktik konseling perkembangan usia lanjut*. Jakarta: Erlangga.

Jaenudin, U. (2012). *Psikologi kepribadian: Teori dan praktik*. Bandung: Remaja Rosdakarya, Penerbit Pendidikan Indonesia.

Johnson, L., Peters, K., & Wong, A. (2020). Access to mental health services in rural communities. Journal of Rural Health, 36(3), 299–310.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Laporan kesehatan mental lansia di Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.

Kim, S., & Park, H. (2019). Social interaction and mental health in community-dwelling older adults. International Journal of Aging & Human Development, 89(4), 391–406. https://doi.org/10.1177/0091415019861234

Li, X., Wang, J., & Chen, M. (2020). Emotional regulation and psychological well-being in elderly populations. Aging & Mental Health, 24(8), 1235–1243.

Li, Y., Zhou, Q., & Wu, J. (2023). Social participation and depression among widowed older adults. BMC Geriatrics, 23, 418.

Maryam, S. (2018). *Kesehatan lanjut usia: Konsep, teori, dan aplikasi pelayanan gerontologi*. Jakarta: Trans Info Media, Cetakan Ke-2.

Neugarten, B. L., & Havighurst, R. J. (1964). Personality in middle and late life. New York: Atherton Press.

Nugroho, R. (1992). *Bimbingan dan konseling: Teori dan penerapan layanan pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nursalim, M. (2020). *Bimbingan dan konseling: Teori dan aplikasi dalam pendidikan dan masyarakat*. Surabaya: Unesa University Press.

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). Experience human development (15th ed.). New York: McGraw-Hill.

Prayitno, & Amti, E. (2018). Dasar-dasar bimbingan dan konseling. Jakarta: Rineka Cipta.

Prayitno, & Erman, A. (2015). Layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Jakarta: Rineka Cipta.

Rahman, F., & Setiawan, D. (2023). Intervensi konseling sosial berbasis komunitas untuk lansia. Jurnal Psikologi dan Konseling Pendidikan, 11(2), 88–97.

Santrock, J. W. (2019). Life-span development (16th ed.). New York: McGraw-Hill Education.

Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, Penerbit Pendidikan Nasional.

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (mixed methods)*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif. Bandung: Alfabeta.

Sukardi. (2008). *Bimbingan dan konseling di sekolah: Konsep dasar, strategi, dan implementasi*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sun, Y., Li, H., & Wang, X. (2019). Self-acceptance and well-being among elderly. Journal of Aging Studies, 50, 1–9.

Thompson, R., & Smith, J. (2021). Counseling for the elderly. Journal of Counseling Psychology, 68(4), 245–260.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia.

Upasen, R., & Saengpanya, W. (2024). Resilience and social support among older adults. BMC Psychology, 12, 397.

Willis, S. (2019). *Counseling older adults: Theory and practice in modern contexts*.
London: Routledge, Taylor & Francis Group.

Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2012). Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan. Yogyakarta: Media Abadi.

World Health Organization (WHO). (2018). *Ageing and life-course: Global report on ageing*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2021). Social support and mental health in older adults. Geneva: WHO.

World Health Organization. (2022). Ageing and health. Geneva: WHO.

Zhang, H., Liu, F., & Chen, P. (2021). Family relationship quality and psychological well-being among older adults. Journal of Family Issues, 42(9), 2045–2064.