

SENSORY GARDEN ACTIVITIES: A WELL-BEING PROGRAM FOR ELDERLY WITH RISK OF DEMENTIA IN WONOREJO URBAN VILLAGE, SURABAYA

AKTIVITAS SENSORY GARDEN: PROGRAM WELL-BEING PADA LANSIA DENGAN RISIKO DEMENSIA DI KELURAHAN WONOREJO, SURABAYA

**Putu Angita Gayatri*¹, Annisa Putri Soegiharto¹, Shafira Tri Adisti¹,
Dida Amanda Pratiwi¹, Pramesti Pradna Paramita¹**

*¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga

*e-mail: angitagayatri@gmail.com

Abstract

This article discusses a community service initiative in partnership with the Sapto Argo Elderly Community Health Post in Wonorejo District, Surabaya, targeting 17 elderly individuals at risk of dementia who enjoy gardening. Conducted from August to September 2023, this program introduced a recreational therapy-based sensory garden activity. Given that mental health programs focusing on elderly well-being are rarely implemented, this activity aimed to address that gap. Evaluation used a one-group posttest-only design, incorporating interviews and observations, and followed the Bradford Well-Being Profile to assess elderly well-being indicators. The evaluation revealed that the sensory garden activities had a positive impact on participants' well-being, enhancing their sense of purpose, positive emotions, and social interactions. Overall, the program successfully supported the mental health of the elderly at risk of dementia through meaningful and engaging activities.

Keywords: *Sensory Garden; Well-being; Elderly.*

Abstrak

Artikel ini merupakan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat bekerja sama dengan Posyandu Lansia Sapto Argo, Kecamatan Wonorejo, Surabaya. Program ini menyoasar 17 lansia dengan risiko demensia dan memiliki hobi berkebun yang dilaksanakan pada bulan Agustus sampai dengan September 2023. Sebagian besar anggota posyandu lansia ini memiliki risiko demensia, tetapi pelaksanaan program kesehatan mental yang berfokus pada kesejahteraan psikologis lansia hampir tidak pernah dilaksanakan. Oleh karena itu, aktivitas sensory garden berbasis terapi rekreasional ini dilaksanakan. One-group posttest-only design dengan wawancara dan observasi digunakan sebagai metode evaluasi program. Pedoman evaluasi mengacu pada Bradford Well-Being Profile yang memuat indikator-indikator kesejahteraan psikologis lansia. Hasil evaluasi program menunjukkan bahwa aktivitas sensory garden memberikan manfaat positif bagi lansia dengan risiko demensia, secara khusus pada kesejahteraan psikologis mereka. Partisipan menunjukkan peningkatan dalam rasa memiliki tujuan, kemunculan emosi positif, dan interaksi sosial. Program ini berhasil mendukung kesehatan mental lansia yang berisiko demensia melalui kegiatan yang bermakna dan menarik.

Kata kunci: *Taman Sensorik; Kesejahteraan; Lansia.*

Received 29 January 2024; Received in revised form 26 October 2024; Accepted 21 February 2025;
Available online xx March 2025.

 [10.20473/jlm.v9i1.2025.039-048](https://doi.org/10.20473/jlm.v9i1.2025.039-048)



Copyright: © by the author(s) Open access under CC BY-SA license

[Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur pada tahun 2020, jumlah penduduk lanjut usia (lansia) yang berada di Surabaya adalah sekitar 9,16% (Badan Pusat Statistik Jawa Timur 2020). Termuat dalam Undang-Undang No 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia, istilah lanjut usia merujuk pada seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun (enam puluh) tahun keatas (Undang-Undang RI 1998). Jumlah lansia ini bertambah secara signifikan dari tahun ke tahun. Salah satu penyebabnya adalah angka harapan hidup di Kota Surabaya yang bertambah, yaitu mencapai 71 tahun. Menyikapi hal tersebut, sejumlah kelurahan menginisiasi program pemberdayaan lansia melalui Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) lansia, salah satunya adalah kelurahan Wonorejo, Rungkut, Surabaya. Posyandu lansia merupakan pos pembinaan terpadu untuk masyarakat yang telah berusia 60 tahun keatas, berlokasi di suatu wilayah tertentu yang telah disepakati dan digerakkan oleh masyarakat setempat. Kelurahan tersebut memiliki posyandu lansia yang dikelola oleh koordinator dan beberapa kader dari warga lansia sekitar yang dipilih berdasarkan musyawarah warga. Posyandu Lansia Sapto Argo adalah posyandu yang berlokasi di Kelurahan Wonorejo Rungkut Surabaya. Berdasarkan informasi dari koordinator posyandu lansia tersebut, sebagian besar lansia anggota Posyandu Lansia Sapto Argo sudah tidak produktif lagi. Beberapa lansia hanya menghabiskan waktunya untuk merawat cucu dan mengurus pekerjaan rumah. Kegiatan yang rutin diselenggarakan oleh lansia di Posyandu Lansia Sapto Argo Wonorejo Rungkut juga sempat terhenti karena pandemi yang disebabkan oleh virus Corona (SARS-CoV-2) atau yang lebih dikenal dengan COVID-19. Penyebaran virus ini bermula dari kota Wuhan, Cina dan diperkirakan telah menginfeksi lebih dari 36,5 juta jiwa di seluruh dunia (Sharma, Farouk, dan Lal 2021). Akibatnya, banyak lansia di lingkungan tersebut tidak memiliki kegiatan produktif yang konsisten dilakukan. Saat ini, aktivitas rutin di posyandu ini hanya dilaksanakan sebanyak satu minggu sekali. Hal ini perlu memperoleh perhatian, karena aktivitas fisik dan kognitif yang rendah merupakan salah satu faktor risiko dari munculnya gejala awal demensia pada lansia (Iso-Markku dkk. 2022). Selain itu, faktor risiko terbesar untuk demensia adalah penuaan (Janaris, Gondodiputro, dan Arisanti 2020). Ini berarti seiring bertambahnya usia seseorang, risikonya untuk terkena demensia meningkat pesat.

Sebagian besar lansia yang terdaftar di Posyandu Lansia Sapto Argo berisiko mengalami demensia. Kondisi ini sejalan dengan karakteristik tahap kehidupan lansia, di mana seseorang akan mengalami perubahan pada aspek-aspek seperti salah satunya adalah kognitif dan psikologi (de Freitas, Queiroz, dan de Sousa 2010). *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2015, gangguan kesehatan yang paling banyak dialami oleh para lansia salah satunya adalah demensia (World Health Organization 2015). Demensia adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan gejala gangguan otak yang ditandai dengan kehilangan memori, gangguan kognitif, kebingungan, perubahan perilaku, dan gangguan emosi (American Psychiatric Association 2013). Demensia berpengaruh pada rendahnya tingkat *well-being* atau kesejahteraan pada lansia (Pariama, Ranimpi, dan Setiawan 2020). Demensia disebabkan oleh penuaan, riwayat keluarga, penyakit pembuluh darah, serta aktivitas fisik dan kognitif yang rendah (Pariama, Ranimpi, dan Setiawan 2020). Selain itu, menurut Livingston dan kawan-kawan (2020), demensia meningkat lebih banyak di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah daripada di negara-negara berpenghasilan tinggi.

Terdapat perawatan farmakologis yang tersedia untuk pengobatan demensia, tetapi pengobatan ini tidak direkomendasikan karena hanya memberikan manfaat jangka pendek dan memiliki beberapa efek samping. Oleh karena itu, perawatan non farmakologis lebih direkomendasikan untuk penderita demensia, salah satunya melalui intervensi terapi rekreasional yang efektif dan bermanfaat bagi penderita demensia (Collins dkk. 2020). Tentunya, terapi rekreasional tidak diperuntukkan untuk menghilangkan secara total gejala demensia. Dalam hal ini, terapi rekreasional menjadi sarana dari intervensi promotif untuk mempromosikan *well-being* bagi lansia dengan demensia. Mengoptimalkan kemungkinan untuk menjalani kehidupan yang baik adalah inti dari pengobatan dan perawatan bagi penderita demensia. Hal ini dapat dilihat dari ketercapaian *well-being* (Madsø dkk. 2021). Lansia di Posyandu Lansia Sapto Argo sudah tidak asing dengan kegiatan yang melibatkan interaksi di alam. Oleh karena itu, alternatif kegiatan yang dapat mendorong kesejahteraan psikologis lansia dengan demensia adalah *sensory garden* (Scott dkk. 2022).

Kegiatan berbasis *sensory garden* merupakan salah satu bentuk sederhana dari terapi rekreasional. Praktik terapi rekreasional dapat memberikan banyak manfaat bagi penderita demensia. *Sensory garden* mengintervensi lansia dengan media taman untuk merangsang indera sentuhan, perasa, penglihatan, penciuman, dan pendengaran (Gonzalez dan Kirkevold 2014). Bagi penderita demensia, kegiatan hortikultura tersebut terbukti meningkatkan *well-being*, keterlibatan dalam kegiatan, dan pengaruh positif, serta mengurangi perilaku mengganggu (Collins dkk. 2020). Selain itu, *sensory garden* juga memberikan dampak positif pada perkembangan perilaku positif, kualitas hidup, dan kesejahteraan (Collins dkk. 2020; Gonzalez dan Kirkevold 2014). Ketika lansia dengan demensia mengalami kenyamanan dan keterikatan, mereka kemungkinan akan mengalami tingkat intersubjektivitas yang lebih tinggi dan kesejahteraan yang lebih baik (Kaufmann dan Engel 2016).

Terdapat dua teori yang mendasari *sensory garden*, yaitu *Theory of Supportive Gardens* dan *Theory of Personhood*. *Theory of Supportive Gardens*, menyatakan bahwa taman sebagai sarana di *setting* kesehatan memberikan distraksi alami yang memungkinkan individu untuk memiliki pengalihan positif dan mendorong peningkatan keadaan emosional melalui pemblokiran pikiran dan kekhawatiran negatif (Collins dkk. 2020; Kaufmann dan Engel 2016). Di samping itu, terdapat *The Model of Psychological Needs & Well-Being in Dementia* yang dikembangkan dari *Theory of Personhood* yang menekankan pentingnya seseorang (lansia) dengan demensia untuk diikutsertakan dalam aktivitas bermakna yang memberikan kenyamanan dan keterikatan untuk mempertahankan atau meningkatkan kesejahteraan mereka.

Urgensi kegiatan pengabdian ini berkaitan dengan target tujuan pembangunan berkelanjutan pada tahun 2030 (*the 2030 Agenda for Sustainable Development atau SDGs*) di Indonesia dalam meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan. Seluruh isu kesehatan dalam SDGs diintegrasikan dalam satu tujuan yakni tujuan nomor 3, yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang di segala usia, termasuk lansia (Kementerian PPN 2020). Perancangan dan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini mendukung Program Merdeka Belajar – Kampus Merdeka MBKM melalui mata kuliah Psikopatologi, Perkembangan Manusia, Pendidikan, dan Keluarga, dan Kesehatan Mental Dewasa dan Lansia.

METODE PENGABDIAN MASYARAKAT

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan secara tatap muka selama bulan Agustus-September 2023 di Posyandu Lansia Sapto Argo Kelurahan Wonorejo yang berlokasi di Kelurahan Wonorejo, Rungkut, Surabaya. Proses intervensi terdiri atas 6 sesi yang dilaksanakan selama dua minggu. Minggu pertama adalah pelaksanaan sesi 1 dan 2. Berikutnya pada minggu kedua adalah pelaksanaan sesi 3 – 6. Pada minggu ketiga dan keempat dilakukan monitoring aktivitas *sensory garden* secara mandiri untuk mengamati perubahan *well-being* yang dirasakan oleh lansia. Rancangan intervensi disusun dengan menggunakan acuan dari Antioch University (Stewart 2016).

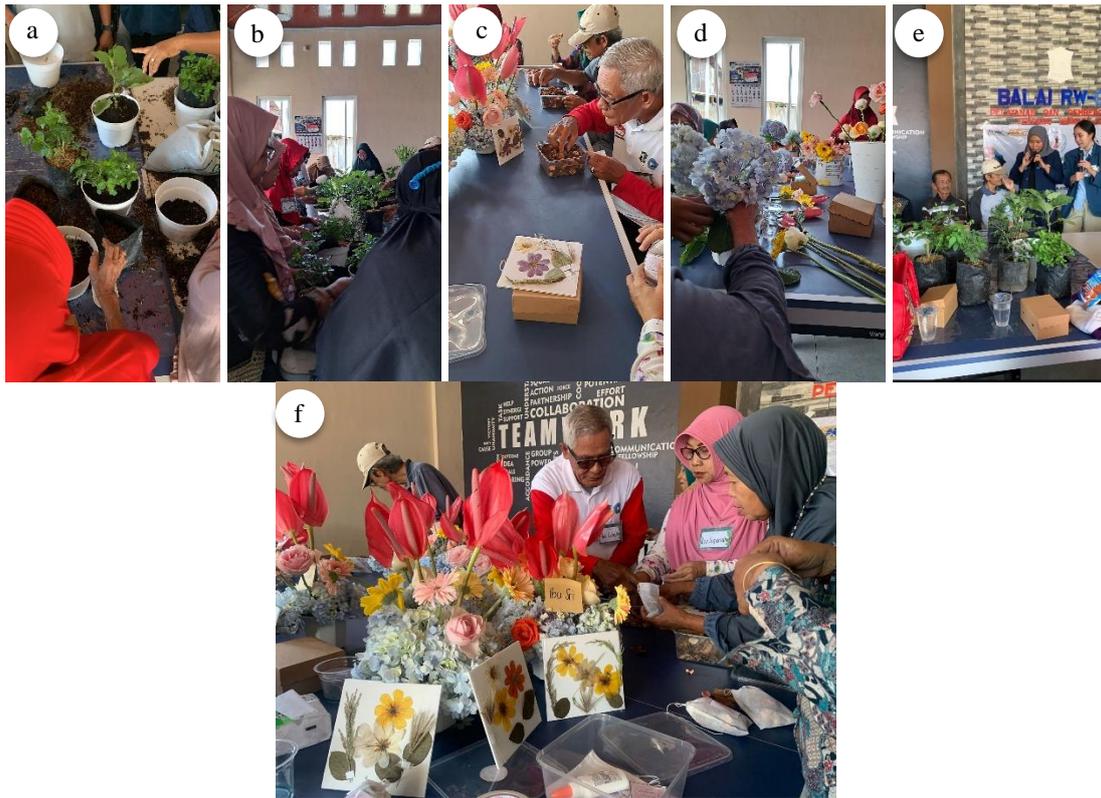
Indikator keberhasilan telah diukur menggunakan data dari hasil respon wawancara setelah program dan observasi selama kegiatan berlangsung. Wawancara telah dilakukan dengan mengikuti pedoman dari *Bradford Well-Being Profile* selama 4 minggu. Panduan wawancara semi-terstruktur dengan menggunakan *open-ended questions* terkait dengan indikator *positive well-being indicator*. Indikator positif dari indikator *well-being* pada lansia adalah sebagai berikut, 1) Dapat mengkomunikasikan keinginan dan pilihan, 2) membuat kontak dengan orang lain, 3) Menunjukkan afeksi, 4) Menikmati kegiatan sehari-hari, 5) Responsif, 6) Menggunakan kemampuan yang bersisa, 7) Menunjukkan emosi yang kreatif, 8) Kooperatif, 9) Merespons sesuai situasi, 10) Menunjukkan emosi yang sesuai, 11) Postur tubuh rileks, 12) Menunjukkan rasa humor, 13) Rasa memiliki tujuan, dan 14) *Self-respect*.

Proses pemilihan partisipan intervensi diserahkan sepenuhnya kepada koordinator Posyandu Lansia Sapto Argo Wonorejo Rungkut Surabaya. Adapun kriteria partisipan dalam intervensi ini adalah, 1) Menunjukkan satu dari gejala awal demensia (mudah lupa, sulit konsentrasi, dan suasana hati tidak menentu); 2) Berusia 60–80 tahun; 3) bersedia mengikuti serangkaian intervensi. Total sejumlah 17 orang lansia terdaftar mengikuti kegiatan secara penuh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

Aktivitas *Sensory garden* dilakukan pada anggota Posyandu Sapto Argo Kelurahan Wonorejo Surabaya. Aktivitas utama *sensory garden* terdiri dari 6 aktivitas yang dibagi ke dalam dua kali pertemuan selama dua minggu. Setiap kegiatan akan diawali dengan latihan pernafasan untuk membantu lansia menjadi *mindful* selama mengikuti aktivitas. Dokumentasi setiap aktivitas dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Aktivitas Sensory garden: (a) Mini Soil/Sand Box; (b) Planting; (c) Creating Potpourri; (d) Floral Arrangements; (e) Exploring Scents; dan (f) Nature Collage/ Memory box.

Aktivitas pertama adalah *Mini soil/sand box*. Pada aktivitas pertama ini, lansia diperkenalkan pada aktivitas *multisensory* yang melibatkan tanah dan pasir. Aktivitas kedua adalah *planting*, aktivitas ini merupakan aktivitas *multisensory* yang melibatkan bibit tanaman. Tanaman yang ditanamkan adalah tanaman yang merangsang indra sensorik, seperti tanaman mint, rosemary, sereh wangi, dan beberapa jenis bibit tanaman bunga. Aktivitas ketiga yaitu *Creating Potpourri*. Melalui aktivitas ketiga ini, lansia mendapatkan aktivitas multisensori yang melibatkan buah dan bunga kering dengan aroma unik untuk dijadikan *potpourri*. Aktivitas keempat adalah *Floral Arrangements*, lansia dapat memilih berbagai jenis bunga dan merangkainya sesuai dengan kreativitas mereka masing-masing. Aktivitas kelima adalah *exploring scents* di mana lansia dapat memilih bahan-bahan alam tertentu yang sudah disiapkan dan mencium aromanya. Melalui aktivitas ini, lansia diajak kembali mengingat memori indah di masa lalu. Aktivitas terakhir adalah *Nature Collage* atau *Memory box*. Lansia mengumpulkan benda-benda hasil alam yang menarik dan menjadikannya kolase. Di balik kolase tersebut, lansia menuliskan harapan dan doa yang ingin mereka wujudkan selama mereka menghabiskan masa tua mereka.

Evaluasi dan Pengawasan Kegiatan

Evaluasi menggunakan *one-group posttest-only design*, menggabungkan wawancara dan observasi dan mengikuti Profil Kesejahteraan Bradford untuk menilai indikator kesejahteraan lansia. Wawancara dilakukan setelah sesi selesai untuk mengetahui perasaan dan pengalaman yang didapatkan setelah mengikuti kegiatan intervensi. Tim

juga melakukan observasi selama kegiatan untuk melihat kemunculan indikator *positive well being* (Bradford Dementia Group 2008) pada lansia sebagai data tambahan untuk melihat ada atau tidaknya dampak pada program pengabdian masyarakat yang dilaksanakan. Monitoring telah dilaksanakan secara rutin oleh pelaksana program terhadap pihak mitra, yang mencakup pelaporan kegiatan maupun kendala atau permasalahan program kegiatan. *Monitoring* dan evaluasi dapat dilakukan secara langsung selama satu kali seminggu untuk menanyakan perkembangan program yang dilaksanakan secara mandiri.

Hasil Ketercapaian Program

Masing-masing lansia mengalami pola perubahan pikiran, perasaan, dan perilaku berkaitan dengan *well-being* yang berbeda-beda. Setiap lansia memiliki pengalaman dan kondisi yang berbeda-beda sehingga pelaporan efektivitas program ini menjadi unik.

1. Peningkatan Rasa Memiliki Tujuan

Aktivitas *sensory garden* dengan mengambil waktu sejenak untuk mengamati warna, merasakan tekstur tumbuhan, dan mencium aroma memberikan kesan baru bagi lansia. Hal ini disebabkan karena sebelumnya lansia hanya sekedar menyiram dan memanen, mereka tidak terlalu memperhatikan perkembangan dan perubahan dari tanaman yang dirawatnya. Setelah mengikuti aktivitas *sensory garden*, beberapa lansia memiliki tujuan baru dalam kegiatan berkebun. Rasa memiliki tujuan dan gairah hidup merupakan salah satu indikator positif *well-being* lansia (Bradford Dementia Group 2008). Beberapa kutipan wawancara yang menunjukkan tumbuhnya rasa memiliki tujuan adalah sebagai berikut,

Saya dengan dia (tanaman), sama semangatnya, semangat untuk hidupnya (WR; laki-laki; 72 tahun).

Setelah ikut kegiatannya, saya jadi senang dan bisa lebih rileks. Saya juga ada gairah untuk meningkatkan keingintahuan saya supaya tanamannya gak mati. Ingin belajar lagi cara menanam dan bisa numbuhin tanaman sampai besar (HR; laki-laki; 72 tahun).

Sebelum mengikuti kegiatan ya saya ngerasanya gairah untuk menanam itu sedikit lah ya kemudian setelah mengikuti kegiatan ya tambah senang karena melihat tanaman yang didapatkan, senang juga melihat tanaman (GN; perempuan 73 tahun).

2. Peningkatan Kemunculan Emosi Positif

Dalam wawancara, sebagian besar lansia merasa mengalami peningkatan emosi positif setelah mengikuti aktivitas *sensory garden*. Emosi positif yang mengalami peningkatan meliputi perasaan senang, perasaan bangga, dan perasaan tenang atau rileks. Faktor pendorong peningkatan emosi cukup beragam. Beberapa lansia beralasan bahwa hobi berkebunnya terfasilitasi; aktivitas rutin di balai RW selama 2 minggu membuat dirinya memiliki kesibukan; interaksi antar lansia untuk saling bertukar pikiran; dan kunjungan rutin oleh mahasiswa membuat mereka menjadi lebih senang. Sejumlah kecil lansia merasa kegiatan ini membangkitkan kenangan indah di masa lalu saat bersama orang terkasih. Ketika lansia berpartisipasi dalam kegiatan *sensory garden*, mereka mengalami perubahan alami dalam perhatian

mereka. Ini membantu orang dalam perawatan kesehatan merasa lebih bahagia dan lebih baik secara emosional karena mereka tidak lagi fokus pada pikiran negatif atau kekhawatiran mereka (Collins dkk. 2020; Ulrich dkk. 1991).

Dengan merawat tanaman saya ini, bisa lebih senang, bisa bahagia, bisa digunakan, bisa indah juga. Indah ini yang gak ada tokonya, tidak bisa kita beli indah itu (WR; laki-laki; 72 tahun).

Kalau waktu kegiatan menanam kemarin jadi keinget masa-masa kecil. Saya memang tertarik untuk menanam, cuma kalau dulu gak ada bahan dan lahan (HR; laki-laki; 72 tahun).

Saya merasa lebih puas, soalnya sebelumnya kalo gak jaga toko kan nganggur, jadi bosan. Kalau liat tanaman didepan jadi puas lihatnya apalagi seger-seger (SJ; perempuan; 62 tahun).

Kalo nanti tanamannya tumbuh subur itu membuat saya ada rasa senang dan bangga karena tumbuhannya hidup, ini juga sebagai apa ya sebagai tujuan dari menanam kalau nanti tumbuh dan subur ya membuat hati senang (GN; perempuan; 73).

Ketika menanam merasa lebih tenang, apalagi kalau lihat tanamannya seger seger, ada bunganya, - hiburan orang tua di rumah (SS; perempuan; 71 tahun).

3. Peningkatan Intensitas Interaksi Sosial

Aktivitas *sensory garden* selama 2 minggu membuat lansia kembali dapat berkumpul kembali bersama lansia lainnya dan bertukar cerita. Seluruh peserta mengaku bahwa intensitas interaksi sosial mereka meningkat antar sesama lansia. Sebagian besar lansia sering berkumpul untuk kembali membahas tanaman mereka. Menjaga hubungan dan menghabiskan waktu dengan orang lain sangat penting bagi kesehatan emosional dan mental lansia. Bersosialisasi membuat pikiran tetap aktif. Asosiasi Alzheimer merekomendasikan para lansia untuk berhubungan dengan orang lain untuk membantu menjaga aktivitas otak. Peningkatannya lebih besar ketika orang tersebut terlibat dalam minat yang menyenangkan dengan orang lain. Dalam hal ini, berkebun merupakan minat yang digemari lansia.

Saya ya makin bersyukur masih bisa sehat, ya bisa hidup, kumpul sama teman ya senang aja mbak (SP; laki-laki; 64 tahun).

Kegiatan menanam bersama itu membuat saya senang karena bersama sama dengan teman yang lain (GN; perempuan; 73 tahun).

Senang karena bisa berkumpul sama lansia lain, bisa bertukar pikiran (LK; perempuan; 66).

Sebagai data pendukung, observasi juga dilakukan ketika partisipan melakukan aktivitas *sensory garden*. Tujuan dilakukan observasi ini adalah untuk mengetahui bagaimana aktivitas ini dapat mendorong munculnya indikator *positive well-being* bagi lansia. Pedoman indikator *positif wellbeing* yang dikembangkan oleh Bradford (2008) digunakan sebagai panduan observasi. Berdasarkan hasil observasi, aktivitas *sensory garden* mampu memfasilitasi lansia untuk memunculkan indikator-indikator *well-being* yang positif. Selama mengikuti program, seluruh peserta dapat menunjukkan usaha dalam melakukan

kontak dengan orang lain dan dapat mengkomunikasikan pilihan mereka. Sebagian besar peserta mampu menunjukkan kehangatan mereka dengan sesama, mengekspresikan emosi mereka, menunjukkan postur tubuh yang santai, bersikap kooperatif, dan mampu menggunakan kemampuan mereka. Namun, hanya 8 orang lansia saja yang terlihat menyampaikan guyonan atau humor kepada sesama peserta lainnya. Indikator-indikator *positive well-being* yang muncul pada partisipan selama intervensi adalah sebagai berikut.

Keberlanjutan Program

Langkah yang telah dilakukan untuk mencapai keberlanjutan program adalah dengan melakukan pembentukan komunitas *sensory garden* yang rutin mengadakan pertemuan setiap minggunya. Dengan penguatan kader, komunitas ini dapat berjalan dan terbentuk di setiap RW. Pembekalan pentingnya kesehatan mental pada dewasa dan lansia dan teknik serta materi mendalam aktivitas *sensory garden* juga telah diberikan kepada kader Posyandu Lansia Supto Argo, Wonorejo, Rungkut, Surabaya. Hal itu dilakukan untuk memastikan bahwa kader yang akan melanjutkan program aktivitas *sensory garden* telah dipastikan berkompetensi dalam menjalankannya.

PENUTUP

Simpulan. Program Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia dengan risiko demensia di Kelurahan Wonorejo, Rungkut, Surabaya, melalui kegiatan *sensory garden*. Berdasarkan hasil kegiatan, program ini berhasil mencapai sejumlah hasil positif. Lansia yang berpartisipasi mengalami peningkatan rasa memiliki tujuan, intensitas interaksi sosial, dan munculnya emosi positif. Observasi indikator positif *well-being* juga menunjukkan dampak positif dari aktivitas *sensory garden*. Dengan melihat hasil yang dicapai, terdapat potensi keberlanjutan program yang signifikan. Pembentukan komunitas *sensory garden* di tingkat RW, pelibatan kader posyandu, dan pembekalan materi kesehatan mental dapat memastikan kelangsungan program ini. Penguatan kader posyandu dan penyebaran informasi melalui publikasi media massa juga menjadi strategi penting dalam menjaga keberlanjutan program.

Saran. Program aktivitas *sensory garden* diharapkan dapat menjadi program percontohan guna meningkatkan *well being* pada lansia dengan lansia di posyandu lansia lainnya. Tidak hanya itu, diharapkan juga adanya pengembangan program penerapan aktivitas *sensory garden* pada lansia dengan demensia di Indonesia kedepannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi dan Universitas Airlangga yang telah memberikan pendanaan pada program pengabdian yang telah dilaksanakan. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada pihak Kelurahan Wonorejo dan Staf Posyandu Supto Argo Kelurahan Wonorejo Surabaya yang telah membantu kelancaran program pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. 2013. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, fifth edition*. American Psychiatric Association.
- Badan Pusat Statistik Jawa Timur. 2020. "Persentase Penduduk Lansia 2018-2020." 2020. <https://jatim.bps.go.id/indicator/12/379/1/persentase-penduduk-lansia.html>.
- Bradford Dementia Group. 2008. *The Bradford well-being profile*. West Yorkshire: University of Bradford.
- Collins, Haley, Marieke Van Puymbroeck, Brent Hawkins, dan Julie Vidotto. 2020. "The Impact of a Sensory Garden for People with Dementia." *Therapeutic Recreation Journal* 54, no. 1: 48–63. <https://doi.org/10.18666/trj-2020-v54-i1-10077>.
- Freitas, Maria Célia de, Terezinha Almeida Queiroz, dan Jacy Aurélia Vieira de Sousa. 2010. "The meaning of old age and the aging experience of in the elderly" 44, no. 2: 407–12.
- Gonzalez, Marianne T, dan Marit Kirkevold. 2014. "Benefits of Sensory Garden and Horticultural Activities in Dementia Care: A Modified Scoping Review." *Journal of Clinical Nursing* 23, no. 19–20 (Oktober): 2698–2715. <https://doi.org/10.1111/jocn.12388>.
- Iso-Markku, Paula, Urho M Kujala, Keegan Knittle, Juho Polet, Eero Vuoksima, dan Katja Waller. 2022. "Physical Activity as a Protective Factor for Dementia and Alzheimer's Disease: Systematic Review, Meta-Analysis and Quality Assessment of Cohort and Case-Control Studies." *British Journal of Sports Medicine* 56, no. 12 (Juni): 701–9. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2021-104981>.
- Janaris, Sarah Fitri, Sharon Gondodiputro, dan Nita Arisanti. 2020. "Risk Factors of Dementia in Elderly of Bandung City, Indonesia: A Community-Dwelling Study." *Althea Medical Journal* 7, no. 4: 216–22. <https://doi.org/10.15850/amj.v7n4.2150>.
- Kaufmann, Elke G, dan Sabine A Engel. 2016. "Dementia and Well-Being: A Conceptual Framework Based on Tom Kitwood's Model of Needs." *Dementia (London, England)* 15, no. 4 (Juli): 774–88. <https://doi.org/10.1177/1471301214539690>.
- Kementerian PPN. 2020. "Pedoman teknis penyusunan rencana aksi: Edisi II tujuan pembangunan berkelanjutan/ sustainable development goals (TPB/SDGs)." *Kementerian PPN*.
- Livingston, Gill, Jonathan Huntley, Andrew Sommerlad, David Ames, Clive Ballard, Sube Banerjee, Carol Brayne, dkk. 2020. "Dementia Prevention, Intervention, and Care: 2020 Report of the Lancet Commission." *Lancet (London, England)* 396, no. 10248 (Agustus): 413–46. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30367-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30367-6).
- Madsø, Kristine Gustavsén, Elisabeth Flo-Groeneboom, Nancy A. Pachana, dan Inger Hilde Nordhus. 2021. "Assessing Momentary Well-Being in People Living With Dementia: A Systematic Review of Observational Instruments." *Frontiers in*

Psychology 12, no. November. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.742510>.

Pariama, Aprillia Mauren, Yulius Yusak Ranimpi, dan Adi Setiawan. 2020. "Subjective Well-Being and Healthy Behavior of Elderly With Dementia Alzheimer'S (a Phenomenological Study)." *MNJ (Malang Neurology Journal)* 6, no. 2: 82–87. <https://doi.org/10.21776/ub.mnj.2020.006.02.7>.

Scott, Theresa L, Ying-Ling Jao, Kristen Tulloch, Eloise Yates, Oliver Kenward, dan Nancy A Pachana. 2022. "Well-Being Benefits of Horticulture-Based Activities for Community Dwelling People with Dementia: A Systematic Review." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19, no. 17 (Agustus). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710523>.

Sharma, Anshika, Isra Farouk, dan Sunil Kumar Lal. 2021. "Covid-19: A review on the novel coronavirus disease evolution, transmission, detection, control and prevention." *Viruses* 13, no. 2: 1–25. <https://doi.org/10.3390/v13020202>.

Stewart, Michelle. 2016. *Horticulture Therapy Book*. New England: Antioch University.

Ulrich, Roger S., Robert F. Simons, Barbara D. Losito, Evelyn Fiorito, Mark A. Miles, dan Michael Zelson. 1991. "Stress recovery during exposure to natural and urban environments." *Journal of Environmental Psychology* 11, no. 3: 201–30. [https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(05)80184-7).

Undang-Undang RI. 1998. "Kesejahteraan Lanjut Usia." *Mensesneg*.

World Health Organization. 2015. *World report on ageing and health*. Switzerland: WHO Press.