

PENGARUH PENERAPAN TERAPI OKUPASI TERHADAP PENURUNAN STRES PADA LANSIA DI PANTI WERDHA DAMAI RANOMUUT MANADO

Dewantari L Ponto
Hendro Bidjuni
Michael Karundeng

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Sam Ratulangi
Email : pontodewantari@yahoo.co.id

ABSTRACT : *The process of aging is a natural process that is accompanied by a decrease in the physical, psychological and social that interact with each other. One of the psychological issues that may be experienced by the elderly are stressed. Stress is the body's reaction to something that causes pressure changes and emotional tension. One type of therapy that can be used to reduce the stress is occupational therapy. This therapy focuses on the introduction of the ability which still exist of a person, maintenance and enhancement aims to establish a person to be independent. The purpose of this study to determine the effect of occupational therapy on the level of stress in the elderly in Elderly Nursing Damai Ranomuut. Design Research is being used is pre experimental one group pretestposttest. Sampling techniques in use is purposive sampling. The sample in this study as many as 15 people. Test results using Paired Samples T-Test Test in get $p = 0.000 < \alpha = 0.05$. Conclusion of the study shows the influence of occupation on the level of stress in the elderly in Nursing Elderly Ranomuut. Suggestions further improve the quality of healthcare for the elderly, particular elderly special stress by providing a wide range of therapies such as occupational therapy. Keywords: Stress, Occupational Therapy, Elderly*

ABSTRAK : Proses menua adalah proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Salah satu masalah psikologis yang dapat dialami oleh lansia adalah stres. Stres adalah reaksi tubuh terhadap sesuatu yang menimbulkan tekanan perubahan dan ketegangan emosi. Salah satu jenis terapi yang dapat digunakan untuk mengurangi stres yaitu terapi okupasi. Terapi ini berfokus pada pengenalan kemampuan yang masih ada pada seseorang, pemeliharaan dan peningkatan bertujuan untuk membentuk seseorang agar mandiri. Tujuan untuk mengetahui pengaruh terapi okupasi terhadap tingkat stres pada lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut. Desain Penelitian yang di gunakan pra eksperimental *one group pre test post test*. Teknik pengambilan sampel yang di pakai ialah *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 15 orang. Hasil penelitian menggunakan Uji *T-Test Paired Samples Test* di dapatkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$. Kesimpulan hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh okupasi terhadap tingkat stres pada lansia di Panti Werdha Ranomuut. Saran lebih meningkatkan mutu kesehatan terhadap lansia, terutama lansia yang mengalami stres dengan cara memberikan berbagai terapi seperti terapi okupasi.

Kata Kunci : Stres, Terapi Okupasi, Lansia

PENDAHULUAN

Keberhasilan pemerintah dalam pembangunan nasional, telah mewujudkan hal yang positif diberbagai bidang.

Kemajuan dalam bidang medis dan ilmu kedokteran telah dapat meningkatkan umur harapan hidup manusia. Akibatnya jumlah penduduk yang berusia lanjut

meningkat dan bertambah cenderung cepat. Proses menua pada seseorang sebenarnya sudah mulai terjadi sejak pembuahan atau konsepsi dan berlangsung sampai saat kematian. Proses menua (*aging*) adalah proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Keadaan itu cenderung berpotensi menimbulkan masalah secara umum maupun kesehatan jiwa secara khusus pada usia lanjut (Kuntjoro, 2002).

Saat ini diseluruh dunia jumlah lansia diperkirakan ada 500 juta dengan rata-rata usia 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar. Dinegara maju seperti Amerika Serikat pertambahan lansia diperkirakan 1.000 per hari, pada tahun 1985 diperkirakan 50% dari penduduk berusia di atas 50 tahun sehingga istilah Baby Boom pada masa lalu berubah menjadi “ledakan penduduk lanjut usia” (Bandiyah, 2009). Di Indonesia jumlah lansia mengalami peningkatan dari tahun 2000 sebanyak 15.262.199 jiwa dengan presentase (7,28%), tahun 2005 menjadi 17.767.709 jiwa dengan presentase (7,97%), dan pada tahun 2010 meningkat juga menjadi 19.936.895 jiwa dengan presentase (8,48%), (Padila, 2013). Dan jumlah lansia di Kota Manado sebanyak 20.391 jiwa (Data Statistik Indonesia, 2014).

Peningkatan jumlah penduduk lansia ini sebagai konsekuensi dari peningkatan usia harapan hidup. Peningkatan usia harapan hidup penduduk Indonesia ini merupakan indikasi berhasilnya pembangunan jangka panjang salah satu di antaranya yaitu bertambah baiknya keadaan ekonomi dan taraf hidup masyarakat. Dengan bertambahnya umur rata-rata ataupun harapan hidup (*life expectancy*) pada waktu lahir, karena berkurangnya angka kematian kasar (*crude date rate*) maka presentasi golongan tua akan bertambah dengan segala masalah yang menyertainya (Oktizulvia, 2011).

Berdasarkan definisi secara umum, seseorang dikatakan lanjut usia (lansia)

apabila usianya 65 tahun ke atas. Lansia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual (Azizah, 2011). Salah satu kegagalan berkaitan dengan fungsi penurunan daya kemampuan pada lansia adalah penurunan fungsi kognitif yaitu demensia.

Stres sebagai keadaan atau kondisi yang tercipta bila transaksi seseorang yang mengalami stres dan hal yang dianggap mendatangkan stres membuat orang yang bersangkutan melihat ketidaksepadanan antara keadaan atau kondisi dan sistem sumber daya biologis, psikologis dan sosial yang ada padanya. Jika lansia tidak bisa mengatasi atau menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada masa tua, maka lansia tersebut akan terus memikirkan dan memiliki persepsi yang buruk, maka dia akan menjadi pusing, mudah lelah, sulit tidur, dan lain sebagainya. Hal-hal tersebut merupakan gejala stress (Yosep, 2011)

Menurut penelitian Graff (2007), salah satu cara untuk mengoptimalkan fungsi kognitif lansia adalah dengan menggunakan terapi okupasi. Terapi okupasi merupakan suatu bentuk psikoterapi suportif berupa aktivitas-aktivitas yang membangkitkan kemandirian secara manual, kreatif dan edukasional untuk penyesuaian diri dengan lingkungan dan meningkatkan derajat kesehatan fisik dan mental pasien. Terapi okupasi bertujuan mengembangkan, memelihara, memulihkan fungsi dan atau mengupayakan kompensasi/adaptasi untuk aktifitas sehari-hari, produktivitas dan luang waktu melalui pelatihan, remediasi,

stimulasi dan fasilitasi. Terapi okupasi meningkatkan kemampuan individu untuk terlibat dalam bidang kinerja berikut: aktivitas hidup sehari-hari dan kegiatan instrumental hidup sehari-hari.

Berdasarkan hasil pengambilan data awal yang peneliti lakukan di Panti Werdha Damai Perkamil didapatkan jumlah lansia yang tinggal di panti tersebut sebanyak 37 orang dan semua berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada 6 lansia yang berada di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado didapatkan 4 lansia mengatakan merasa sepi karena jauh dari anak serta tidak memiliki pasangan hidup, sedangkan 2 orang lainnya mengatakan seiring bertambahnya usia menyebabkan tidak dapat melakukan kegiatan kegiatan yang dulunya bisa dilakukan.

Berdasarkan uraian di atas penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ” Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Werdha Damai Perkamil Manado”.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan/desain peneliti pra eksperimental *one group pre test post test*. Dalam rancangan ini tidak ada kelompok pembandingan tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama yang memungkinkan peneliti dapat menguji perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (Setiadi, 2007). Penelitian ini dilaksanakan di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado pada tanggal 21 Januari – 6 Februari 2015. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado berjumlah 37 orang. Cara pemilihan sampel dilakukan dengan cara *Proposive sampling* yaitu 15 orang. Cara pengambilan sampel penelitian yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pada penelitian ini instrument penelitian

yang digunakan adalah berbentuk kuesioner Dass (*Depression Anxiety and Stress Scale*). Kuisoner diajukan secara tertulis pada responden. Untuk mengukur tingkat stres pada lansia digunakan skala *Likert* dengan kriteria jawaban bila tidak pernah=0, kadang-kadang=1, sering=2, sering sekali=3, jumlah pernyataan sebanyak 14 item. Selanjutnya untuk menentukan tingkat stres digunakan skala interval.

Skor terendah x jumlah pertanyaan :

$$0 \times 14 = 0$$

Skor tertinggi x jumlah pertanyaan :

$$3 \times 14 = 42$$

Interval yang diperoleh adalah :

$$(42-0) : 4 = 10$$

Kategori Stres Ringan : 0 - 10

Kategori Stres Sedang: 11 - 20

Kategori Stres Berat : 21 - 30

Kategori Stres Sangat Berat : >30

HASIL dan PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado

Umur	n	%
60-65 tahun	5	33.3
66-70 tahun	1	6.7
71-75 tahun	2	13.3
>75 tahun	7	46.7
Total	15	100.0

Sumber : Data Primer

TABEL 2. Tabel Frekuensi Berdasarkan Suku Lansia di Panti Werdha Ranomuut Manado

Suku	n	%
Batak	1	6.7
Jawa	1	6.7
Kaili	1	6.7
Minahasa	11	73.3
Tionghoa	1	6.7
Total	15	100.0

Sumber : Data Primer

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Lansia Sebelum Terapi Okupasi

Tingkat Stres	n	%
Ringan	1	6.7
Sedang	9	60.0
Berat	5	33.3
Total	15	100.0

Sumber : Data Primer

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Lansia Sesudah Terapi Okupasi

Tingkat Stres	n	%
Ringan	6	40.0
Sedang	9	60.0
Total	15	100.0

Sumber : Data Primer

Tabel 5. Hasil Rata-Rata Mean Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Terapi Okupasi Pada Lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado

Tingkat Stres	Mean	n	SD
Sebelum Terapi Okupasi	18.33	15	3.309
Sesudah Terapi Okupasi	12.33	15	3.498

Sumber : Data Primer

Tabel 6. Uji *T-test Paired Samples Test*

	Mean	SD	t	df	Pvalue
Tingkat stres sebelum terapi	6.000	1.604	14.491	14	0.000
Tingkat stres sesudah terapi					

Sumber : Data Primer

B. Pembahasan

Penelitian ini di lakukan di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado dengan jumlah sample 15 orang. Distribusi

responden menurut umur menunjukkan bahwa responden terbanyak berumur >75 tahun yaitu 7 orang, dan responden yang paling sedikit yaitu pada umur 66-70 tahun berjumlah 1 orang. Semakin bertambahnya umur manusia, terjadi proses penuaan secara segeneratif yang akan berdampak pada perubahan-perubahan pada diri manusia, tidak hanya perubahan fisik, tetapi juga kognitif, perasaan, sosial, dan sexual (Azizah, 2011)

Lansia akan mengalami berbagai masalah fisik, mental, sosial, ekonomi, dan psikologis. Salah satu masalah psikologis yang dialami lansia adalah stres (Sunaryo,2004). Menurut penelitian Nasution (2011), umur juga adalah salah satu faktor penting yang menjadi penyebab stres, semakin bertambah umur seseorang, semakin mudah mengalami stres.

Dalam penelitian ini sampel yang diambil hanya perempuan, hal ini sejalan dengan yang disampaikan Indian Woman Health (2009) dalam Iting (2012) bahwa stres pada perempuan ditemukan 3 kali lebih banyak daripada laki-laki. Hal ini disebabkan oleh faktor biologis, yaitu neurotransmitter serotonin yang merupakan salah satu unsur biologis yang berpengaruh terhadap terjadinya stres pada seseorang. Dimana otak pria dan wanita memiliki kemampuan yang berbeda dalam menghasilkan hormon serotonin. Serotonin merupakan senyawa kimia yang dilepaskan tubuh kedalam sel-sel otak yang berfungsi sebagai jembatan pengantar pesan didalam otak yang berhubungan dengan emosi. Pada seorang yang sedang mengalami stres maka kadar serotonin akan menurun dibandingkan saat normal. Pada keadaan normal otak pria dan wanita mempunyai kadar serotonin yang seimbang, namun otak pria lebih cepat 52% dari otak perempuan dalam menghasilkan serotonin, hal inilah yang menjadi penyebab perempuan lebih mudah mengalami stres.

Distribusi responden berdasarkan suku menunjukkan bahwa responden yang paling banyak bersuku minahasa yaitu sebanyak

11 orang (73,3%), sedangkan suku paling sedikit batak, jawa, kaili dan tionghoa masing-masing berjumlah 1 orang (6,7%). Perbedaan suku membuat para lansia sulit untuk berinteraksi dengan lansia lain sehingga secara tidak langsung membuat lansia menjadi isolasi sosial. Isolasi sosial adalah perasaan kesepian yang dialami individu dan dirasakan sebagai keadaan negatif yang mengancam (Nauli, 2011)

Dalam kegiatan terapi okupasi yang dilakukan di panti werdha damai ranomuut manado selama 4 kali dalam 2 minggu memberikan ruang waktu kepada para lansia untuk saling mengenal dan berinteraksi dengan lansia lainnya melalui kegiatan terapi okupasi.

Hasil penelitian yang didapatkan dari 15 responden berdasarkan tingkat stres responden sebelum terapi okupasi menunjukkan bahwa tingkat stres tertinggi adalah sedang sebanyak 9 orang (60.0%), tingkat stres terendah adalah tingkat stres ringan yaitu sebanyak 1 orang (6.7%).

Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran pada lansia yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, yang dipengaruhi oleh lingkungan maupun penampilan individu di dalam lingkungan (Sunaryo,2004).

Tingkat stres lansia berarti pula tinggi rendahnya tekanan yang dirasakan atau dialami oleh lansia sebagai akibat dari stressor berupa perubahan-perubahan baik fisik, mental, maupun sosial dalam kehidupan yang dialami lansia. Penilaian individu terhadap stressor akan mempengaruhi kemampuan individu untuk melakukan tindakan pencegahan terhadap stressor yang membuat stres (Safari dan Saputra, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian yang di Panti Werdha Damai Ranomuut stres yang dialami lansia berhubungan dengan kurangnya hubungan sosial antar lansia yang tinggal dipanti, tidak harmonisnya hubungan dengan keluarga, kegiatan, dan status, penurunan fungsi fisik dengan penyakit yang sudah lama diderita. Aktivitas para lansia yang semula bekerja

tapi sekarang menjadi pengangguran dan ketika lansia mengalami kemunduran fisik yang dirasakan sebagai beban itulah yang membuat lansia mereka menjadi stres. Hasil penelitian tingkat stres responden sesudah terapi okupasi menunjukkan bahwa tingkat stres sesudah terapi okupasi mengalami penurunan yaitu stres ringan sebanyak 6 orang (40%) dan stres sedang sebanyak 9 orang (60%). Dari 5 responden yang mengalami Stres berat menurun menjadi stres sedang, sedangkan dari 9 responden 5 diantaranya menurun menjadi stres ringan. Hasil penelitian tersebut di dukung oleh penelitian Indriana,dkk (2010) yang serupa dengan Tingkat Stres di Panti Werdha "Pucang Gading" Semarang, penelitian ini di lakukan pada 32 responden. Adapun hasilnya 81,25% menunjukkan keluhan berat dan 18,75% menunjukkan keluhan sedang. Faktor-faktor yang menyebabkan stres bagi para lansia Panti Wredha ini dalam urutan 5 besar antara lain : perubahan dalam aktivitas sehari-hari, perubahan dalam perkumpulan keluarga, kematian pasangan, kematian anggota keluarga, dan perubahan dalam pilihan maupun kuantitas olahraga maupun rekreasi, dan perubahan dalam pekerjaan.

Hasil penelitian ini mengalami adanya perubahan tingkat stres sebelum dan sesudah terapi okupasi. Hasil ini dibuktikan dengan adanya penurunan skor stres pada lansia tersebut. Berdasarkan hasil penelitian terdapat penurunan nilai rata-rata tingkat stres sebelum dan sesudah terapi okupasi. Dimana rata-rata tingkat stres sebelum terapi okupasi adalah 18,33 dan rata-rata tingkat stres sesudah terapi okupasi adalah 12,33. Adanya penurunan tingkat stres ini juga terlihat dari analisa statistik dengan menggunakan uji *T-test Paired Samples Test* di peroleh $P_{value} = 0,000 < \alpha = 0.05$ pada taraf signifikan 95% maka H_0 diterima, ini menunjukkan bahwa ada pengaruh penerapan terapi okupasi terhadap tingkat stres pada lansia di Panti Werdha Ranomuut Manado.

Menurut penelitian Oktizulvia (2010) mereka yang memiliki konsep hidup tradisional seperti dihormati dan dirawat dimasa tua, tapi pada kenyataannya harus hidup di panti dalam sistem nilai yang berbeda dengan yang dianut misalnya kurang di hormati, tidak dirawat oleh anak-anak serta tidak lagi tergantung secara ekonomi pada keluarga. Keadaan ini dapat mempengaruhi psikologi dan kesejahteraan lanjut usia. Untuk memperoleh dukungan sosial para lansia juga perlu berinteraksi dengan orang lain seperti membuat kontak sosial. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Hayati (2010), yang menunjukkan bahwa lansia akan lebih merasa senang dan bahagia dengan adanya aktivitas rutin seperti rekreasi serta mempunyai hubungan sosial dengan kelompok seusianya, karena hal tersebut dapat mengisi waktu luang mereka.

Dengan adanya perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan terapi okupasi, peneliti berasumsi bahwa penerapan terapi okupasi baik digunakan terhadap lansia yang mengalami stres. Penerapan terapi okupasi ini dapat meningkatkan mutu kesehatan lansia serta penanganan yang baik terhadap lansia yang mengalami stres. Sebaiknya, penerapan terapi okupasi dilanjutkan di panti werdha untuk lebih menciptakan sosialisasi antar lansia yang satu dengan yang lainnya serta lansia dapat merasakan perasaan yang bahagia untuk menciptakan berbagai kesejahteraan.

Menurut penelitian Kristyaningsih (2011) dukungan keluarga merupakan aspek penting yang harus ada di dalam suatu keluarga, karena Efek dari dukungan keluarga terhadap kesehatan dan kesejahteraan berfungsi bersamaan, dengan peningkatan usia harapan hidup tentunya mempunyai dampak lebih banyak terjadi penyakit pada lansia, terbesar adalah gangguan depresi atau stres. Sehingga dalam hal ini perlu adanya peran serta yang besar dari keluarga dalam memberikan dukungan dan pemenuhan kebutuhan lansia, sehingga timbul koping

yang baik dari lansia dalam menghadapi stressor

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa : Sebelum dilakukan terapi okupasi, tingkat stres lansia tertinggi adalah stres sedang dan yang terendah adalah ringan. Sesudah dilakukan terapi okupasi tidak ada lagi lansia yang mengalami stres berat, tingkat stres hanya berada pada tingkat stres sedang dan normal. Terdapat pengaruh pemberian terapi okupasi terhadap penurunan stres pada lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, 2011. Keperawatan Lanjut Usia. Yogyakarta:Graha ilmu
- Badan Statistik Indonesia (2014) Jumlah Penduduk menurut Kelompok Umur, Jenis Kelamin, Provinsi dan Kabupaten/Kota, 2005.(www.datastatistikindonesi.com/portal/index.php?option=com_table&at=1&idtabel=116&Itemid=165_ Diakses pada tanggal 8 Oktober 2014)
- Bandiyah, 2009. Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika
- Graff, 2007. Terapi Aktifitas Kelompok (TAK) Terapi Okupasi Daily Activity. (<https://id.scribd.com/doc/123747237/tak..diakses> tanggal 06 Oktober 2014, jam 21.00)
- Hayati. 2010.Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesepian Pada Lansia. (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14512/1/10E00077.pdf>., diakses tanggal 15 April 2015, jam 11.30)

- Indriana, Kristiana, Sonda, Intinirian. 2010. Tingkat Stres Lansia di Panti Werdha "Puncak Gading" Semarang. (<http://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/2953/263>), di akses tanggal 3 April 2015, jam 10.30)
- Iting.(2012). *Efektifitas Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Gejala Depresi Pada Lansia di Panti Werdha Hisosu Binjai*. (<http://etd.eprints.ums.ac.id/6425/J210050063.pdf>, diakses 30 April 2015, jam 22.30)
- Kuntjoro, 2002. Masalah kesehatan jiwa lansia. ([http://www.e-psikologi.com/artikel/lanjut-usia/masalah kesehatan jiwa lansia/](http://www.e-psikologi.com/artikel/lanjut-usia/masalah_kesehatan_jiwa_lansia/).pdf, diakses tanggal 20 oktober 2014, jam 19.00)
- Nasution, H. (2011). *Gambaran Coping Stres Pada Wanita Madya Dalam Menghadapi Premenopaus*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/24670/4/Chapter%2011.pdf> . diakses tanggal 20 maret 2015)
- Nauli. 2011. Pengaruh Logoterapi Lansia Dan Psikoedukasi Keluarga Terhadap Depresi dan Kemampuan Memaknai Hidup Pada Lansia di Kelurahan Katulampu Bogor Timur. Fakultas Ilmu Keperawatan Program Magister Ilmu Keperawatan. Universitas Indonesia. (<http://lib.ui.ac.id/>.pdf., diakses tanggal 9 mei 2015, jam 10.20)
- Nursalam. 2008. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- Riyadi dan Purwanto. 2009. Asuhan Keperawatan Jiwa. Yogyakarta. Graha Ilmu
- Safari, T. & Saputra, NE. (2009). *Manajemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara
- Setiadi. 2007. Konsep Dan Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Setyoadi. 2012. Perbedaan Tingkat Kualitas Hidup Pada Wanita Lansia Di Komunitas Dan Panti. (http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/viewFile/621/641_umm_scientific_journal.pdf, diakses tanggal 4 desember 2014, jam 23.00).
- Sunaryo.(2004). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: BukuKedokteran. EGC.
- Oktizulvia, 2010. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kelurahan Perupuk Tabing Kecamatan Kota Tengah Padang. Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang. (<http://repository.unand.ac.id/1802/2/1/.pdf>., diakses tanggal 06 Oktober 2014, jam 21.00)
- Padila, 2013. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika
- Yosep. I, 2011. Keperawatan jiwa. Bandung: Refika Aditama