

**Skripsi**

**PENGARUH AROMA TERAPI MAWAR TERHADAP TINGKAT STRESS  
PADA LANSIA DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA  
ABIYOSO KALIURANG YOGYAKARTA**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Sarjana  
Keperawatan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu  
Kesehatan Universitas Alma Ata Yogyakarta.



Disusun Oleh :

**Arif Ferdiyanto**  
**130100449**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA**

**2017**

# PENGARUH AROMA TERAPI MAWAR TERHADAP TINGKAT STRESS PADA LANSIA DI BALAI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA ABIYOSO KALIURANG YOGYAKARTA

Arif Ferdianto<sup>1</sup>, Sri Werdati<sup>2</sup>, Brune Indah Yulitasari<sup>2</sup>  
Email : [arif.ferdianto88@gmail.com](mailto:arif.ferdianto88@gmail.com)

---

## Intisari

**Latar Belakang:** lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Jumlah lanjut usia di dunia di atas 60 tahun lebih dari 800 juta. Di Indonesia sendiri jumlah lansia mencapai 21,6 juta jiwa pada tahun 2015. Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan provinsi dengan presentase penduduk lansia paling tinggi pada tahun 2012 yaitu 13,04%, Masalah yang sering terjadi pada lansia meliputi perubahan sosial seperti kematian pasangan, sendirian dalam keluarga, merasa dibuang oleh keluarga dan perubahan psikologis pada lansia seperti frustrasi, kesepian, takut kehilangan kebebasan, takut menghadapi kematian, perubahan keinginan, depresi, kecemasan dan stress. Cara mengurangi stress adalah salah satunya dengan menggunakan aromaterapi yang dimulai dengan mencium wangi-wangian, sehingga segala yang membebani pikiran akan berkurang.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh aroma terapi mawar terhadap tingkat stres pada lansia di Pelayanan Sosial Tresna Wreda Abiyoso Kaliurang Kabupaten Sleman Yogyakarta

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen semu (*quasi eksperimental design*). Jenis rancangan penelitian ini menggunakan *non-equivalent control group*. Dalam rancangan penelitian ini, terdapat kelompok kontrol dan kelompok intervensi yang akan dilakukan *pretest* dan *posttest*.

**Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan nilai  $p=0,001$  pada kelompok intervensi dan pada kelompok kontrol  $p=0,317$ . Artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat stress lansia sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi. Perbandingan *posttest* kelompok intervensi dan kontrol menghasilkan P Value 0,007 ( $p<0,05$ ) artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada hasil *posttest* tingkat stress.

**Kesimpulan :** Menghirup aroma terapi mawar selama 10 menit dalam 5 hari berturut-turut dapat menurunkan tingkat stress pada lansia.

**Kata Kunci:** Aroma Terapi Mawar, Lansia, Stress

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>2,3</sup>Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

**THE INFLUENCE OF ROSE AROMATHERAPY ON THE STRESS  
LEVEL IN ELDERLY PEOPLE IN TRESNA WERDHA ABIYOSO  
SOCIAL SERVICE CENTER, KALIURANG, YOGYAKARTA**

Arif Ferdiyanto<sup>1</sup>, Sri Werdati<sup>2</sup>, Brune Indah Yulitasari<sup>2</sup>  
Email : [arif.ferdyanto88@gmail.com](mailto:arif.ferdyanto88@gmail.com)

---

***Abstract***

**Background:** Elderly person is someone over 60 years old. Elderly is the last stage of human age group. Total people over 60 years old in the world is 800 million. In Indonesia, there were 21,6 million elderly people in 2015. The Special Region of Yogyakarta was the province with the highest percentage of elderly people in 2012 (13,04%). Common problems of elderly people include social changes, such as death of partner, being alone in family, feeling abandoned by family, and psychological changes such as frustration, loneliness, fear of loss of freedom, fear of death, change of wish, depression, anxiety and stress. One of the way to reduce stress is using aromatherapy, starting from smelling fragrance, so that burdens disappear.

**Purpose:** To determine the influence of rose aromatherapy on the stress level of elderly people in Tresna Wreda Abiyoso Social Service, Kaliurang, Sleman Regency, Yogyakarta

**Research Method:** The research type is quantitative research using quasi experimental design. The research design used non-equivalent control group. In this research design, there are control group and intervention group which performed pretest and posttest.

**Result:** The research result shows  $p=0,001$  in the intervention group and  $p=0,317$  in the control group. It meant there was significant difference in the stress level of elderly people before and after treatment in the intervention group. Comparison of posttest of intervention and control group produces P Value 0,007 ( $p<0,05$ ), meaning there was significant difference in the posttest result of stress level.

**Conclusion:** Inhaling rose aromatherapy for 10 minutes in 5 days in a row could reduce stress level in elderly people.

**Keywords:** Rose Aromatherapy, Elderly Person, Stress

---

<sup>1</sup>Student of Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>2,3</sup>Lecturer of Universitas Alma Ata Yogyakarta



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut *World Health Organisation* (WHO) 2014, lansia ialah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas (1). Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya (2).

Saat ini, jumlah lanjut usia di dunia di atas 60 tahun lebih dari 800 juta. Proyeksi menunjukkan bahwa angka ini akan meningkat menjadi lebih dari dua miliar pada tahun 2050 (3). Jumlah lansia yang berada di kawasan ASEAN meningkat mencapai 142.000.000 orang pada tahun 2010, pada tahun 2011 mencapai 156.000.000 jiwa, pada tahun 2012 berjumlah 171.000.000 dan pada tahun 2013 mencapai jumlah 184.000.000. Indonesia adalah termasuk negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia ( *aging structured population* ) karena dari tahun ke tahun, jumlah penduduk Indonesia yang berusia 60 tahun ke atas semakin meningkat. Di Indonesia sendiri jumlah lansia mencapai 21,6 juta jiwa pada tahun 2015 (4).

Pada tahun 2020 diprediksikan jumlah lanjut usia mencapai 28.822.879 jiwa (11,34 %). Pada tahun 2045 - 2050 yang diperkirakan umur harapan hidup menjadi 77,6 tahun (5). Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia sudah termasuk negara berstruktur tua karena presentase

jumlah penduduk lanjut usia lebih dari 7 % (4).

Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan provinsi dengan presentase penduduk lansia paling tinggi pada tahun 2012 yaitu 13,04%, di ikuti oleh Jawa Timur (10,40%) dan Jawa Tengah (10,34%). Hal ini berarti bahwa pada tahun 2012, presentase jumlah lanjut usia di DIY sudah melebihi proyeksi presentase jumlah lansia nasional pada tahun 2020 . Presentase jumlah penduduk lansia di DIY lebih tinggi dari pada presentase jumlah penduduk lanjut usia nasional (6).

Berdasarkan hasil sensus penduduk Kabupaten Sleman 2015 Saat ini terdapat sekitar 128.091 jiwa Lansia. Jumlah penduduk lansia perempuan (68.627orang) lebih banyak dari jumlah penduduk lansia laki-laki (59.464 orang). Presentase dari seluruh penduduk yang ada di Kabupaten Sleman sebesar (11.85 %). Jumlah tersebut akan terus diperkirakan bertambah dengan terus meningkatnya jumlah penduduk dan usia harapan hidup di Indonesia (7).

Masalah yang terjadi pada lansia meliputi perubahan fisik seperti jumlah sel dalam tubuh menurun, kemampuan jantung memompa darah menurun, elastis paru menurun dan sebagainya. Masalah lansia yang perubahan sosial seperti kematian pasangan, sendirian dalam keluarga, merasa dibuang oleh keluarga dan perubahan psikologis pada lansia meliputi frustrasi, kesepian, takut kehilangan kebebasan, takut menghadapi kematian, perubahan keinginan, depresi, kecemasan dan stress (2).

Penelitian yang dilakukan oleh Indriana pada tahun 2010 menunjukkan tingkat stress yang tinggi pada lansia, dengan 21,25% menunjukkan keluhan berat dan 18,75% menunjukkan keluhan sedang (8), adapun stress di sebabkan oleh hal apapun yang membuat tegang, marah, frustrasi, atau tidak bahagia, terlalu banyak stress akan mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan lansia. Stress mempengaruhi terbatasnya ruang gerak untuk melakukan aktifitas, di tambahkan persoalan stress tersebut di alami oleh seseorang yang menginjak fase lansia. Gejala yang sering muncul pada seseorang yang mengalami stress diantaranya adalah kelitihan, kebimbangan, perasaan tertekan oleh tuntutan orang lain terhadap lansia, keinginan untuk melarikan diri dari segalanya dari semua orang, dan merasa takut (9).

Stress yang terjadi pada lansia dapat diartikan sebagai tekanan yang diakibatkan oleh stressor ialah berupa perubahan – perubahan yang menuntut adanya penyesuaian dari lansia. Tingkat stress pada lansia berarti tinggi rendahnya tekanan yang dirasakan oleh lansia sebagai akibat dari stressor berupa perubahan – perubahan baik dari fisik, mental, maupun sosial yang dialami oleh lansia (9).

Manajemen atau penatalaksanaan stress pada lansia tahap pencegahan dan terapi ialah memerlukan suatu metode pendekatan yang bersifat holistik, yaitu yang meliputi fisik, psikologik dan psikososial pada lansia (10). Bentuk atau cara dari mengurangi stress ialah dengan cara

menggunakan aromaterapi yang dimulai dengan cara mencium bau yang wangi, sehingga segala yang membebani pikiran dapat berkurang (11).

Aromaterapi pada praktek keperawatan ialah dapat menggunakan minyak (*essential oil*) dari wangi-wangian tumbuhan bermanfaat mengurangi masalah kesehatan serta dapat memperbaiki kualitas hidup. Terapi yang menggunakan minyak essensial bermanfaat mengurangi bahkan dapat mengatasi gangguan psikologis serta gangguan rasa nyaman seperti cemas, depresi, stress, nyeri, dan sebagainya (11).

Aromaterapi ialah salah satu bentuk seperti terapi relaksasi, yaitu proses penyembuhan pada dahulu yang menggunakan sari tumbuhan aromaterapi murni yang bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan serta kesejahteraan tubuh, pikiran, dan jiwa. Beberapa minyak atsiri yang sering digunakan dalam aromaterapi karena sifatnya yang serbaguna ialah geranium, eucaliptus (minyak kayu putih), lavender, dan atsiri mawar (12).

Zat linalool dan geraniol minyak atsiri bunga mawar merah aktif saat digunakan melalui inhalasi atau dihirup sehingga dapat bermanfaat untuk meningkatkan kewaspadaan, menenangkan, anti cemas, manajemen stress, serta gangguan tidur. Bunga mawar merah bersifat antidepresi sehingga dapat membuat jiwa menjadi tenang (13).

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 9 Februari 2017 di peroleh data tentang lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wredha Abiyoso Kaliurang Kabupaten Sleman Yogyakarta sebanyak 126 orang. Selain melakukan wawancara terhadap petugas untuk



mengetahui jumlah lansia dan kegiatan lansia yang berada disana, peneliti juga melakukan wawancara 12 orang lansia di dalam 1 wisma. Pada saat melakukan wawancara, peneliti bertanya tentang perasaan lansia pada saat itu, perasaan rindu dengan keluarga kemudian tentang alasan kenapa bisa masuk disini, bagaimana hubungan mereka dengan sesama penghuni wisma, sudah berapa lama dan merasa bahagia atau tidak tinggal disini. Hasil dari wawancara tersebut 8 dari 12 lansia menyatakan gejala stress seperti mengatakan sedang bersedih dan rindu dengan keluarga yang disebabkan oleh banyak hal diantaranya yaitu: keterbatasan dalam melakukan aktivitas karena faktor usia, kurangnya minat bersosialisasi dan merasa terbuang dari keluarga. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh aroma terapi mawar terhadap tingkat stress pada lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Kaliurang Kabupaten Sleman Yogyakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana pengaruh aroma terapi mawar terhadap tingkat stress pada lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wreda Abiyoso Kaliurang Kabupaten Sleman Yogyakarta ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh aroma terapi mawar terhadap tingkat stress pada lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wreda Abiyoso Kaliurang Kabupaten Sleman Yogyakarta

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran lokasi BPSTW Abiyoso
- b. Mengetahui distribusi karakteristik usia, jenis kelamin, alasan tinggal, dan lama tinggal di BPSTW Abiyoso
- c. Mengetahui tingkat stress pada responden sebelum intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol.
- d. Mengetahui tingkat stress pada responden setelah intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol.
- e. Mengetahui Pengaruh Aroma Terapi terhadap tingkat stress pada lansia di BPSTW Abiyoso Kaliurang Kabupaten Sleman Yogyakarta
- f. Mengidentifikasi perbedaan tingkat stress sebelum dan setelah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol

## **D. Manfaat Peneitian**

### 1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan Keperawatan Gerontik tentang aroma terapi mawar terhadap tingkat stress pada lansia dan juga dapat bermanfaat bagi tenaga kesehatan dan lansia dan kepada masyarakat lainnya.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu bahan bacaan dan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

- b. Bagi Pelayanan Sosial Tresna Wreda Abiyoso Kaliurang  
Kabupaten Sleman Yogyakarta

Meningkatkan kualitas pelayanan terutama untuk lansia yang mengalami stress

- c. Bagi Penulis

Memberikan kesempatan bagi penulis untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh dari institusi pendidikan. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi ilmiah yang berguna untuk kedepannya.

- d. Bagi Pasien / Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat terutama ketika mengalami stres . Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengurangi stres tersebut

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1 Keaslian Penelitian**

No	Penelitian Tahun	Judul	Metode	Persamaan	Perbedaan	Hasil
1.	Foerwanto, dkk (2016)	Pengaruh Aroma Terapi Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Pantia Sosial Werdha Budi Kasongan Bantul Yogyakarta	Quasi-experiment Tehnik pengambilan sempe menggunakan samle random	Sama – sama meneliti pengaruh terapi mawar. Sama-sama meneliti tentang lansia	Tempat, Meto de, dan Populasi	Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa p value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat diketahui ada Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di PSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta
2.	Raden Jaka, dkk (2015)	Senam Lansia dan Tingkat Stres pada Lansia di Dusun Polaman Argorejo Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul Yogyakarta	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan cross sectional. Populasi ini adalah lansia yang tinggal di Dusun Polaman yang berjumlah 90 orang. Pengambilan	Sama – sama meneliti tentang tingkat stress pada lansia	Tempat, variabel Populasi	Hasil penelitian menunjukkan lansia yang aktif mengikuti senam lansia dan tidak mengalami stres sebanyak 16 responden (76,2%), lansia yang aktif mengikuti senam dan mengalami stres sebanyak 5 responden (23,8%), ada hubungan antara senam lansia dengan tingkat stress dengan nilai $p=0,000$ , dan kekuatan hubungan sedang dengan nilai

			<p>sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling yaitu mengambil semua anggota populasi menjadi sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang tinggal di Dusun Polaman (90 orang). Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan uji statistik Chi-Square</p>				<p>koefisien korelasi 0,553.</p>
3.	Ridho dkk (2015)	<p>Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada LanJut USia Hipertensi Di Desa Sungai</p>	<p>penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian kuasi eksperimen dengan rancangan one group pretest – posttest dengan jumlah sampel 16 orang. Analisa bivariat</p>	<p>Sama – sama meneliti tentang pengaruh aroma mawar. Sama-sama meneliti tentang lansia</p>	<p>Tempat,Meto de,dan Populasi</p>	<p>Ada pengaruh pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan nilai p-value=0,000 (p&lt;0,05)</p>	

		Bundung Laut Kabupaten Mempawah	yang digunakan adalah uji paired sample t-test			
4.	Wahyuni Sri (2012)	Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Minyak Atsiri Bunga Mawar Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Klinik Di PSIK FK - UNPAD Tahap Profesi Tahun 2012	Jenis penelitian adalah quasi eksperimen menggunakan desain pretest dan posttest one group yang berjumlah 20 responden. Analisa data menggunakan wilcoxon signet ranged. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Percieved Stress Scale.	Sama – sama meneliti tentang pengaruh aroma terapi Mawar . Sama-sama meneliti tentang tingkat stress dan analisa bivariat menggunakan wilcoxon	Tempat, dan populasi	Hasil pretest menunjukkan sebanyak 20 responden mengalami stres tingkat sedang dan posttest sebanyak 20 responden mengalami stres tingkat ringan. Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran klinik tahap profesi dengan nilai 0,000 ( $p < 0,05$ ).

Sumber : (11) (14) (15) (16)

## Daftar Pustaka

1. Organization WH. World Health Organization. [Online].; 2014 [cited 2017 april jumat. Available from: <http://www.who.int/topic/ageing/en/>.
2. Maryam. Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya Jakarta: Salemba Medika; 2011.
3. Organization WH. World Health Organization. [Online].; 2016 [cited 2017 april jumat. Available from: [www.who.int/topics/ageing/en/](http://www.who.int/topics/ageing/en/).
4. Nasional BPS. Badan Pusat Statistik. [Online]. jakarta: Depkes; 2015 [cited 2017 Maret. Available from: <https://www.bps.go.id/>.
5. RI D. Dukungan Kelembagaan dalam Kerangka Peningkatan Kesejahteraan Lansia Jakarta: Departemen Sosial RI; 2009.
6. Statistik BP. Badan Pusat Statistik. [Online].; 2015 [cited 2017 Januari Rabu. Available from: <https://yogyakarta.bps.go.id/linkTabelStatis/view/id/70>.
7. Sleman BPS. Badan Pusat Statistik. [Online].; 2015 [cited 2017 January Rabu. Available from: <https://slemankab.bps.go.id/linkTabelStatis/view/id/37>.
8. Indriana Y. Tingkat Stress Lansia di Panti Werdha Pucang Gading Semarang. Jurnal Psikologi UNDIP. 2010 Oktober; 8(2).
9. Tamher. Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan Jakarta: Salemba Medika; 2009.
10. Hawari D. Manajemen Stress Cemas dan Depresi Jakarta: FKUI; 2011.
11. Wahyuni S. Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Minyak Atsiri Bunga Mawar Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa dalam Mengikuti Pembelajaran Klinik. 2012 April.
12. Sharma S. Aroma Terapi Tangerang: Kharisma Publishing Group; 2009.
13. A-Z K. Aroma Terapi untuk Kesehatan, Kebugaran, Kecantikan Yogyakarta: Lily Publisher; 2009.
14. Saputra MRA. Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Desa Sungai Bundung

Laut Kabupaten Mempawah. 2015.

15. Raden Jaka TPWDS. Senam Lansia dan Tingkat Stres pada Lansia di Dusun Polaman Argorejo Kecamatan Sedayu 2 Kabupaten Bantul Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*. 2015 juni; 3.
16. Foerwanto. Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Kualitas Tidur Lansia. *Media Ilmu Kesehatan*. 2016 April ; 5.
17. Indonesia UuR. Undang-undang Republik Indonesia. [Online].; 1998 [cited 2017 Februari Senin. Available from: [www.bpkp.go.id/uu/filedownload/2/45/438.bpkp](http://www.bpkp.go.id/uu/filedownload/2/45/438.bpkp).
18. Indonesia UuR. Undang-undang Republik Indonesia. [Online].; 2009 [cited 2017 Februari Senin. Available from: [sireka.pom.go.id/requirement/UU-36-2009-Kesehatan.pdf](http://sireka.pom.go.id/requirement/UU-36-2009-Kesehatan.pdf).
19. Padila. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.
20. Darmojo. *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)* Jakarta: FKUI; 2009.
21. Nugroho. *Keperawatan Gerontik* Jakarta: EGC; 2008.
22. Hidayat AAA. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan* Jakarta: Salemba Medika; 2008.
23. Hall Gd. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* Jakarta: EGC; 2012.
24. Ayu A. *Terapi Tertawa Untuk Hidup Lebih Sehat Bahagia dan Ceria* Yogyakarta: Pustaka Larasati; 2010.
25. Muhith N&. *Dasar Dasar Keperawatan Jiwa* Jakarta: Salemba Medika; 2011.
26. Rahayu S. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketidakefektifan Lanjut Usia Ke Posyandu di Puskesmas Cebogan Salatiga. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*. 2010 juni; 6.
27. E ST. *Psikologi Sosial* Jakarta: Kencana; 2009.
28. Perry P. *Fundamental of Nursing* Jakarta: Salemba Medika; 2009.
29. Tamher S N. *kesehatan Lanjut Usia dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*



Jakarta: Salemba Medika; 2012.

31. Better. Healthy aging-stay physically active. Healthy aging-stay physically active. 2011.
32. Erry d. Kajian Implementasi Kebijakan Pengobatan Komplementer dan Dampaknya pada Perizinan Tenaga Kesehatan Praktik Pengobatan Komplementer. Alternatif Buletin Penelitian Sistem Kesehatan. 2014 Juli; 17.
33. Moyad MD. Complementary and Alternative Therapies: Elsevier Saunders; 2009.
34. Alberta CaAoRNo. Complementary and Alternative Therapy and Natural Product; 2011.
35. 103 PPN. Peraturan Pemerintah. [Online].; 2014 [cited 2017 february Kamis]. Available from: [tradkom.depkes.go.id](http://tradkom.depkes.go.id).
36. Kasmui. Bekam Terapi Modern Jakarta: As-Sabil; 2014.
37. Cakrawati SSdF. Panduan Super Lengkap Hamil Sehat 2010: Penebar Plus; 2010.
38. Suririnah. Buku Pintar Merawat Bayi Jakarta: Gramedia; 2009.
39. Aziz A. Happy Helaty Wealthy Jakarta: Erlangga; 2013.
40. Triyanto. Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu Yogyakarta: Graha Ilmu; 2014.
41. Ramdhani NAAP. Pelatihan Relaksasi. Studi Pendahuluan Multi Media Interaktif. 2011; 1.
42. Watt.G,JA. Aromatherapy in nursing and Mental Health Care. Journal of Contemporary Nurse. 2008; 30(1).
43. Ernawati. Pengertian dan Arti Bunga Mawar dan Cara Penanamannya. 2013.
44. Jaelani. Aroma Terapi Jakarta: Pustaka Populer Obor; 2009.
45. Potter. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik Jakarta: EGC; 2006.

46. Rasmun. Stress Koping dan Adaptasi Jakarta: Sagung Seto; 2009.
47. Notoatmodjo. Metode Penelitian Kesehatan Yogyakarta: in-books; 2010.
48. Machfoedz I. Metodologi Peneitian Yogyakarta: Fitramaya; 2016.
49. Notoatmodjo. Metode Penelitian Kesehatan Jakarta: Rnika Cipta; 2010.
50. santi YR. Pengaruh Terapi Bekam dan Terapi Akupuntur Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer (Esensia) di Kecamatan Tarakan Tengah Kota Tarakan Provinsi Kalimantan Timur. 2014.
51. Akbar. Hubungan Activity Daily Living Terhadap Tingkat Stress Pada Lansia di Dusun Semampir Desa Argorejo Kecamatan Sedayu Bantul Yogyakarta. 2016.
52. Nursalam. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan Jakarta; 2008.
53. Darmojo RBM. Geriatri:Ilmu Kesehatan Usia Lanjut. EBN. 2011 Juli.
54. Gabriela Cinthya Dona SRK. Hubungan Tingkat Stres Dengan Status Gizi pada Lanjut Usia di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Kecamatan Mapanget Manado. 2017 February; 5(1).
55. BPS. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014. Katalog BPS. Jakarta: Badan Pusat Statistik, Badan Pusat Statistik; 2014. Report No.: ISSN 2086-1036.
56. Inri F AEDM. Hubungan Lama Tinggal dengan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha 'AGAPE' TONDANO. 2015 Januari - April; 3(1).
57. Brune Indah Yulitasari AAK. The Relationship Between Perceived Health Status, Activity of Daily Living, Coping Strategys, Religiosity, and Stress in The Elderly At A Public Nursing Home in Yogyakarta, Indonesia. 2015 Agustus; 29(1).
58. Maharani S. Efektifitas Pemberian Musik Mozart dan Aroma Terapi Terhadap Perubahan Tingkat Stress Mahasiswa Angkatan 2008 Dalam Menyusun Skripsi di Stikes 'Aisyah Yogyakarta. 2012.
62. Kamaudin R. Pengalaman Hipertensi yang Menjalani Terapi Alternatif

Komplementer Bekam di Kabupaten Banyumas. Pengalaman Hipertensi yang Menjalani Terapi Alternatif Komplementer Bekam di Kabupaten Banyumas. 2010.

67. Mahfiroh I. Hubungan Pola Aktivitas Pemenuhan Kebutuhan Dasar dengan Tingkat Stress Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya. 2014.

68. Dewi S RJTP. Senam Lansia dan Tingkat Stres pada Lansia di Dusun Polaman Argorejo Kecamatan Sedayu 2 Kabupaten Bantul Yogyakarta. 2015 Jun; 3.