

**Skripsi**

**PERBEDAAN TINGKAT STRES LANSIA TINGGAL BERSAMA  
KELUARGA DAN TIDAK BERSAMA KELUARGA DI DUSUN  
DADAPBONG SENDANGSARI PAJANGAN BANTUL**

Disusun Guna Memenuhi Sebagai Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan  
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Alma Ata Yogyakarta



Disusun Oleh

Prisma Peggy Novianasari  
160100813

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ALMA ATA  
YOGYAKARTA  
2020

# PERBEDAAN TINGKAT STRES LANSIA TINGGAL BERSAMA KELUARGA DAN TIDAK BERSAMA KELUARGA DI DUSUN DADAPBONG SENDANGSARI PAJANGAN BANTUL

Prisma Peggy Novianasari<sup>1</sup>, Sri Veria<sup>2</sup>, Ngatini<sup>3</sup>

## Intisari

Latar Belakang : Lansia merupakan proses alamiah dimana seseorang sudah melawati berbagai tahapan kehidupan yaitu dimulai dari masa anak – anak, masa dewasa, kemudian tua. Memasuki usia tua, seseorang akan mengalami berbagai perubahan diantaranya perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Masalah perubahan sosial pada lansia seperti, kematian pasangan, merasa sendirian dalam keluarga, merasa tidak dihargai atau dibuang oleh keluarga, dan perubahan psikologis yang dialami lansia meliputi, kesepian, frustrasi, takut menghadapi kematian, takut kehilangan pasangan hidup, takut kehilangan kebebasan, perubahan keinginan, kecemasan, depresi, dan stress. Tinggal bersama keluarga cenderung dapat menurunkan muncunya kejadian yang dapat menyebabkan stress. Lansia yang berhubungan dekat dengan keluarga dapat mempunyai kecenderungan lebih sedikit mengalami stress dibandingkan dengan lansia yang berhubungan jauh dengan keluarga.

Tujuan : Mengetahui adanya perbedaan tingkat stres lansia tinggal bersama keluarga dan tidak tinggal bersama keluarga di Dusun Dadapbong Sendangsari Pajangan Bantul

Metode : Desain pada penelitian yang digunakan adalah *non eksperimen* yaitu menggunakan rancangan atau desain yang bersifat *deskriptif kolerasi*, waktu pendekatan yang digunakan yaitu *cross sectional*. Populasi sebanyak 80 lansia dan sampel berjumlah 44 lansia dengan metode *purposive sampling* yang didasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner PSS (*Perceived Stress Scale*) dan lembar observasi untuk lansia tinggal bersama keluarga dan tidak tinggal bersama keluarga.

Kata Kunci : Tinggal Bersama Keluarga dan Tidak Tinggal Bersama Keluarga Keluarga, Lansia, Stres

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Alma ata Yogyakarta.

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Alma Ata Yogyakarta.

<sup>3</sup>Dosen Pogram Studi Ilmu Keperawatan Universitas Alma Ata Yogyakarta.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Menurut *World Health Organization* (WHO) dan Undang-Undang Nomor 17 tahun 1998, menyatakan bahwa lanjut usia yaitu yang sudah berusia 60 tahun keatas

- (1). Jumlah lansia terbanyak di Benua Asia yaitu 508 juta jiwa. Diikuti oleh Benua Eropa dengan jumlah penduduk lansia 176 juta jiwa, kemudian Benua Amerika berada di peringkat yang terakhir dengan jumlah penduduk lansianya 74 juta jiwa
- (2). Pada tahun 2015 jumlah lansia Indonesia sebanyak 8,5% dari total penduduk yang berjumlah 225.451,70. Tahun 2016 mengalami peningkatan sejumlah 8,7%, dan di tahun 2017 diperkirakan akan mengalami peningkatan jumlah lansia mencapai 9%. Sedangkan pada tahun 2035 diperkirakan penduduk lansia akan mengalami peningkatan sebesar 15,8% (3). Data Susenas Maret 2018 menunjukkan bahwa provinsi dengan persentase penduduk lansia terbanyak tahun 2018 adalah DI Yogyakarta (12,37 persen), Jawa Tengah (12,34 persen), Jawa Timur (11,66 persen), Sulawesi Utara (10,26 persen), dan Bali (9,68 persen) (4).

Yogyakarta memiliki lima kabupaten dengan jumlah lansia sebesar 435.179 jiwa. Jumlah lansia tertinggi berada di Kabupaten Gunung Kidul sebanyak 121.636 jiwa, diikuti Kabupaten Bantul sebesar 106.732 jiwa, Kabupaten Sleman sebanyak 105.956 jiwa, Kabupaten Kulon Progo 58.937 jiwa dan terakhir Kota Yogyakarta sebesar 41.919 jiwa. Sedangkan untuk lansia yang mendapatkan pelayanan kesehatan tertinggi yaitu Kabupaten Sleman sebanyak 80.659 jiwa, selanjutnya Kabupaten Gunung Kidul 59.236 jiwa, Kabupaten Bantul 39.99 jiwa, Kabupaten

Kulon Progo 17.404 jiwa dan terakhir Kota Yogyakarta (5). Lansia merupakan proses alamiah dimana seseorang sudah melewati berbagai tahapan kehidupan, yaitu dimulai dari masa anak – anak, masa dewasa, kemudian tua. Memasuki usia tua, seseorang akan mengalami berbagai perubahan diantaranya perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Perubahan fisik yang sering terjadi pada lansia meliputi perubahan sel, sistem saraf, sistem pendengaran, sistem penglihatan, sistem kardiovaskular, sistem pengaturan suhu tubuh, sistem pernapasan, sistem pencernaan, sistem reproduksi, sistem genitourinaria, sistem endokrin dan sistem muskuloskeletal. Sedangkan perubahan dari segi psikologis meliputi perubahan mental, kenangan (*memori*), dan IQ (*Intellegent Quotient*). Sementara untuk perubahan sosial diantaranya kehilangan finansial, kehilangan status, kehilangan teman, dan kehilangan pekerjaan (6). Masalah perubahan sosial pada lansia seperti, kematian pasangan, merasa sendirian dalam keluarga, merasa tidak dihargai atau diuang oleh keluarga, dan perubahan psikologis yang dialami lansia meliputi, kesepian, frustrasi, takut menghadapi kematian, takut kehilangan pasangan hidup, takut kehilangan kebebasan, perubahan keinginan, kecemasan, depresi, dan stress (7).

Stres yaitu suatu respon tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap setiap beban atau tuntutan, dapat dikatakan stress apabila seseorang mengalami beban dan tugas yang berat tetapi tidak dapat mengatasi beban dan tugas yang dibebankan kepadanya, maka tubuh akan merespon bahwa tidak mampu dengan tugas tersebut, sehingga seseorang dapat mengalami stress (8). Stress sering dialami oleh seseorang yang mulai menginjak usia lanjut. Maka gejala yang sering akan muncul

pada seseorang yang mengalami stres adalah kebimbangan, kelelahan, merasa takut, perasaan tertekan karena tuntutan orang lain terhadap lansia, keinginan untuk menghindar dari semua orang (9). Tinggal Bersama keluarga cenderung dapat menurunkan munculnya kejadian yang dapat menyebabkan stress. Apabila seseorang terjadi stress, maka interaksi dengan anggota keluarga dapat dimotivasi dan mengubah persepsi lansia untuk mengurangi potensi stress. Dukungan keluarga merupakan suatu bentuk yang harus diberikan kepada anggota keluarga termasuk pada pelaksanaan stress pada lansia. Lansia yang berhubungan dekat dengan keluarga dapat mempunyai kecenderungan lebih sedikit mengalami stress dibandingkan dengan lansia yang berhubungan jauh dengan keluarga, maka lansia yang berada di lingkungan keluarga atau tinggal bersama keluarga akan mendapatkan dukungan dari keluarga dan akan membuat lansia merasa lebih sejahtera atau lebih nyaman (10).

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Indriana tahun 2010 yang berjudul "Tingkat Stres Lansia di Panti Werdha Pucang Gading Semarang" mendapatkan hasil tingkat stres yang tinggi pada lansia dengan presentase 21,25% dengan menunjukkan keluhan berat dan 18,75% menunjukkan keluhan sedang (11).

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 29 oktober 2019 diperoleh data tentang lansia di Dusun Dadapbong Sendangsari Pajangan Bantul lansia dengan jumlah lansia yang komunikatif sebanyak 80 lansia (laki-laki 42 dan perempuan 38). Peneliti sempat berbincang-bincang dengan kepala dusun menanyakan "apakah ada lansia yang tinggal tidak bersama keluarga", dan dijawab oleh kepala dusun bahwa "ada lansia yang tinggal sedirian karna ditinggal anak, keluarganya merantau". Maka berdasarkan pernyataan tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui "Apakah ada perbedaan tingkat stres lansia tinggal bersama

keluarga dan tidak bersama keluarga di Dusun Dadapbong Sendangsari Pajangan Bantul”.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “ Apakah ada perbedaan tingkat stres lansia tinggal bersama keluarga dan tidak bersama keluarga di Dusun Dadapbong Sendangsari Pajangan Bantul”.

## C. Tujuan Penelitian

- a. Mengetahui karakteristik responden yaitu meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan , apakah tinggal bersama keluarga atau tidak di Dusun Dadapbong Sendangsari Pajangan Bantul.
- b. Untuk mengetahui tingkat stress pada lansia yang tinggal bersama keluarga.
- c. Untuk mengetahui tingkat stress pada lansia yang tidak tinggal bersama keluarga .
- d. Untuk mengetahui hubungan tingkat stres lansia yang tinggal bersama keluarga dan lansia yang tidak tinggal bersama keluarga.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat teoritis

Secara teori penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan gerontik dan semoga dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi dalam memberikan asuhan keperawatan guna

untuk mengetahui perbedaan tingkat stress lansia tinggal bersama keluarga dan tidak tinggal bersama keluarga di Dusun Dadapbong Sendangsari Pajangan Bantul.

## 2. Manfaat Praktik

### a. Bagi Keluarga

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat dan menjadi masukan bagi keluarga lansia dengan tingkat stress mengenai dukungan, kasih sayang, dan perhatian keluarga kepada lansia.

### b. Bagi Lansia

Diharapkan adanya penelitian ini dapat memotivasi agar lanjut usia tetap semangat hidup dan dapat mengontrol tingkat stress pada lanjut usia yang tinggal bersama keluarga maupun yang tidak tinggal bersama keluarga dan dapat meningkatkan semangat hidup yang tinggi.

### c. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi, bacaan, dan dapat dikembangkan untuk penelitian selanjutnya dengan menghubungkan variabel yang berbeda, dengan permasalahan yang belum teridentifikasi dengan menggunakan metode dan teknik yang berbeda.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| No | Nama Peneliti  | Tahun | Judul Penelitian  | Hasil  | Persamaan  | Perbedaan  |
|----|----------------|-------|---|--|--|--|
| 1  | Raden Jaka,dkk | 2015  | Senam Lansia dan Tingkat Stres pada Lansia di Dusun Polaman Argorejo Kecamatan Sedayu 2 Kabupaten Bantul Yogyakarta | Hasil penelitian yang dilakukan oleh 90 responden diperoleh hasil ada hubungan antara senam lansia dengan tingkat stress dengan nilai ( $p=0,000$ ) dan kekuatan hubungan sedang dengannilai koefisien korelasi (0,553). | 1. Variabel dependen penelitian sebelumnya sama dengan variabel penelitian yang akan dilakukan, yaitu <i>tingkat stres</i> pada lansia.<br>2. Desain penelitian <i>cross sectional</i> , jenis penelitian kuantitatif, metode pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> . | 1. Perbedaan pada penelitian ini terletak pada Tempat penelitian di Dusun Dadapbong Sendangsari Pajangan Bantul, dengan sampel 44 lansia.<br>2. variabel independent yang akan diteliti tinggal bersama keluarga dan tidak tinggal bersama keluarga. |

| No | Nama             | Tahun | Judul Penelitian   | Hasil   | Persamaan   | Perbedaan  |
|----|------------------|-------|--|---|---|--|
| 2  | Yunita Dikir,dkk | 2016  | Senam Otak (Brain Gym) Berpengaruh Terhadap Tingkat Stres pada Anak Usia Sekolah Kelas V di SD Negeri Pokoh 1 Wedomartani Ngemplak Sleman Yogyakarta | Hasil penelitian yang dilakukan kepada 36 siswa menunjukkan yaitu ada pengaruh senam otak (brain gym) terhadap tingkat stress sebelum dan sesudah, dengan menggunakan uji statistic menggunakan uji Wilcoxon dengan hasil yaitu <i>p-value</i> 0,00 < 0,05. | 1. Variabel dependen penelitian sebelumnya sama dengan variabel penelitian yang akan dilakukan, yaitu <i>tingkat stres</i> .<br>3. Desain penelitian <i>cross sectional</i> . | 1. Perbedaan pada penelitian ini terletak pada Tempat penelitian di Dusun Dadapboyo Sedangkan Pajangan Bantu dengan sampel 44 lansia dan berusia 60 tahun keatas.<br>2. variabel independent yang akan diteliti tinggal bersama keluarga dan tidak tinggal bersama keluarga. |

| No | Nama                         | Tahun | Judul Penelitian  | Hasil   | Persamaan  | Perbedaan  |
|----|------------------------------|-------|---|---|--|--|
| 3  | Anas Kiki Anugrah, Sugiyanto | 2018  | Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Tingkat Stres Pada Lansia Di Balai Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta | Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan signifikan dukungan keluarga dengan tingkat stress pada lansia di balai pelayanan PSTW unit budi luhur kasongan bantul Yogyakarta dengan nilai koefisien kontingensi sebesar 0,402 dan <i>p-value</i> sebesar 0,006 < (0,05). | 1. Variabel dependen penelitian sebelumnya sama dengan variabel penelitian yang akan dilakukan, yaitu <i>tingkat stres</i> pada lansia.<br>2. Metode yang digunakan dengan pendekatan <i>eksperimen, non-experimental, dan cross sectional</i> . | 1. Sample yang digunakan lansia yang berusia 60 tahun keatas.<br>2. Variabel independent yaitu <i>tingkat stress</i> bersama keluarga dan tidak tinggal bersama dengan Sempel menggunakan 44 respondent.<br>3. Tempat penelitian di Dusun Dadapbong Sendamgsari Pajangan Bantul. |

Sumber (12) (13) (14)

1. Organization WHO. World Health Organization. [Online]. 2014. [cited 2019 October 3. Available from: <http://www.who.int/topic/ageing/en/>.
2. Fatmawati, D. (2017). Hubungan Status Kognitif Lansia dengan Interaksi Sosial di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 1 Yogyakarta.
3. Badan pusat statistika. (2015). Statistika penduduk lanjut usia Indonesia. Diakses 15 Oktober 2019. <https://www.bps.go.id/>
4. Statistik Penduduk Lanjut Usia. 2018. Badan Pusat Statistik. Available from: <https://www.bps.go.id/> diakses pada 1 Februari 2020.
5. Dinas Kesehatan Yogyakarta. 2017. Profil Dinas Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2017. Yogyakarta: Dinkes DIY. [https://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL\\_KES\\_PROVINSI\\_2017/14\\_DIY\\_2017.pdf](https://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2017/14_DIY_2017.pdf). diakses hari selasa tgl 1 Oktober 2019.
6. Hidayat AAA. Pengantar konsep dasar keperawatan Jakarta: salemba medika: 2009.
7. Notoatmodjo, S. (2014). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
8. Machfoe'z, Irchan. Metodologi penelitian (Kuantitatif & Kualitatif). Yogyakarta: Fitramaya; 2018.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Organization WHO. World Health Organization. [Online]. 2014. [cited 2019 October 3. Available from: <http://www.who.int/topic/ageing/en/>.
- 1 Fatmawati, D. (2017). Hubungan Status Kognitif Lansia dengan Interaksi Sosial di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 1 Yogyakarta.
- 2 Badan pusat statistika. (2015). Statistika penduduk lanjut usia Indonesia. Diakses 15 Oktober 2019. <https://www.bps.go.id/>
- 3 Statistik Penduduk Lanjut Usia. 2018. Badan Pusat Statistik. Available from: <https://www.bps.go.id> diakses pada 1 Februari 2020.
- 4 Dinas Kesehatan Yogyakarta. 2017. Profil Dinas Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2017. Yogyakarta: Dinkes DIY. [https://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL\\_KES\\_PROVINSI\\_2017/14\\_DIY\\_2017.pdf](https://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2017/14_DIY_2017.pdf). diakses pada selasa tgl 1 Oktober 2019.
- 5 Nugroho, W. Keperawatan Gerontik & Geriatrik. Jakarta: EGC;2012.
- 6 Maryam. Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya Jakarta: Salemba Medika; 2011.
- 7 Hidayat A.A.A. Pengantar konsep dasar keperawatan Jakarta: salemba medika: 2009.
- 8 Tanher. Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan Jakarta:Salemba Medika;2009.
- 9 Wirakusumah, E.S. (2008 dalam Rizkiyanti 2014). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kejadian Stres pada Lansia di Desa Pasrepan Kecamatan Pasrepan Kabupaten Pasuruan *Jurnal keperawatan*. Diakses 9 oktober 2019.

<http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php/S1-KEP/article/view/144/144>

- 10 Indriana Y. Tingkat Stres Lansia di Panti Werdha Pucang Gading Semarang. *Jurnal Psikologi UNDIP*.2010 oktober; 8.
- 11 Raden jaka TPWDS. Senam lansia dan tingkat stress pada lansia di dusun polaman argorejo kecamatan edayu 2 kabupaten bantul Yogyakarta. *Jurnal ners dan kebidanan Indonesia*. 2015 juni; 3. Diakses 13 oktober 2019.
- 12 Yunita dikir ABLBF. Senam otak (brain gym) berpengaruh terhadap tingkat stress pada anak usia sekolah kelas V di SD Negeri Pokon 1 wedomartani ngemplak kemar Yogyakarta. *Jurnal ners dan kebidanan Indonesia*. 2016 maret; 23. Diakses 13 oktober 2019.
- 13 Anas kiki Nugrahas. hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat stress pada lansia dibalai pstw unit buchi luhur kasongan bantul Yogyakarta. *Jurnal keperawatan universitas aisyiyah Yogyakarta*. 2018. Diakses 13 oktober 2019.
- 14 Sunaryo. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta;ANDI
- 15 *Kementrian kesehatan RI. (2017) Pusat data dan informasi*
- 16 Indonesia, P. M. (2015). *Penyelenggaraan kesehatan lanjut usia diwilayah masyarakat*. 1-100.
- 17 Lucis, Penny. T. Faktor – Faktor yang Memengaruhi Tingkat Kemandirian Lansia dalam Memenuhi Aktivitas Sehari–Hari di Kelurahan Helvetia Wilayah Kerja Puskesmas Helvetia Medan Tahun 2015.
- 18 Adila. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Yogyakarta*: Nuha Medika; 2013.

- 19 Maryam, R., Ekasari, M. F., Rosidawati, Jubaedi, A., dan Bahara, I. (2008). *Mengenal usia lanjut dan keperawatannya*. Jakarta: Salemba Medik
- 20 Nugroho, W. (2012). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- 21 Hidayat AAA. Pengantar konsep dasar keperawatan Jakarta: salemba medika: 2009.
- 22 Hall Gd. Buku ajar fisiologi keokteran Jakarta: EGC: 2012.
- 23 Muhith N. dasar dasar keperawatan jiwa Jakarta: salemba medika: 2011 urutan 22.
- 24 Rahayu S. faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakefektifan lanjut usia ke posyandu di ruskesmas cebongan salatiga. *Jurnal kebidanan dan keperawatan*. 2010 juni:6.
- 25 Hawari D. manajemen stres cemas dan depresi Jakarta: fkui; 2011.
- 26 Friedman, M. (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga*. Jakarta: EGC.
- 27 Friedman M. Keperawatan Keluarga Teori dan Praktik. Jakarta: EGC; 2010.
- 28 Rahmawati DN, Paramashanti SA, Kamala RF. Stunting is not associated with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in children 36-59 months. *2017;(2):60-5*.
- 29 Kusman, I. (2017). *Buku Pakar Teori Keperawatan*. Singapore: ELSEVIER
- 30 Notatmadja, S. (2014). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- 31 Sugiyono. (2016). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- 32 Aziz Alimul Hidayat. Metodologi penelitian: Kuantitatif dan Kualitatif. Ed. Revisi. Jakarta: Salemba Medika; 2017.

- 33 Machfoedz, Ircham. Metodologi penelitian (Kuantitatif & Kualitatif). Yogyakarta: Fitramaya; 2018.
- 34 Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta;2011.
- 35 Brune. *The Relationship Between Perceived Health Status, Activity Of Daily Living, Coping Strategis, Religiosity, And Stress In The Eldery At A Public Nursing In Yogyakarta Indonesia.* Available from: <https://www.jhealthres.org/JHealthResVol.29.Supplement.1.2015>. Diakses Maret 2020
- 36 Akbar, Hubungan Activity Daily Living Terhadap Tingkat Stres Pada lansia di Dusun Semampir Desa Argorejo Kecamatan Selayu bantul Yogyakarta.2016.
- 37 Ariyanti. Hubungan Frekuensi Kunjungan Keluarga dan Kecerdasan Emosional Dengan Penyesuaian Diri Santri Baru Di Pondok Pesantren Darul Muttaqien Bogor: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta; 2014.
- 38 Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. jakarta: Renika Cipta; 2012.
- 39 Lestari, T., 2015 *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- 40 Rohmah. Hubungan Senam Lansia Dengan Tingkat Stres di PSTW Dharma Bhakti Surakarta: Politeknik Kesehatan Surakarta; 2012.
- 41 Handayani, 2008 hlm 6, dalam Agustini, I. 2010. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Lansia Klien Pasca Stroke di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. <http://opac.say.ac.id/1747/I/NASPUB.PD>