

## Peran Keluarga dalam Pengendalian Stres pada Lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda

Yumaniar Oktaviani<sup>1\*</sup>, Nida Amalia<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

\*Kontak Email: [yumasunarto@gmail.com](mailto:yumasunarto@gmail.com)

Diterima : 23/07/19

Direvisi : 28/08/19

Diterbitkan : 31/08/20

### Abstrak

**Tujuan Studi:** untuk mengetahui peran keluarga secara sosial ekonomi dalam pengendalian stres pada lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

**Metode:** jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan desain studi kasus. Informan yang digunakan sebanyak delapan orang, dengan metode wawancara mendalam.

**Hasil:** hasil penelitian menyatakan bahwa persepsi informan terhadap peran keluarga sangat baik, sikap dalam pengendalian stres pada lansia dan peran keluarga dalam pengendalian stres pada lansia memberikan dampak yang baik bagi lansia. Dengan memenuhi kebutuhan sehari-hari mulai dari perhatian, kesehatan hingga masalah ekonomi para lansia.

**Manfaat:** Menjadikan kegiatan penelitian ini sebagai upaya untuk meningkatkan pengalaman dalam upaya pelaksanaan program penelitian kesehatan mengenai peran keluarga dalam pengendalian stres pada lansia. Menjadikan kegiatan dan hasil penelitian sebagai bahan untuk meningkatkan wawasan dan pengetahuan penelitian mengenai peran keluarga dalam pengendalian stres pada lansia.

### Abstract

**Purpose of Study:** to know family's role in stress management on elderly in RTIU Retirement House of Nirwana Puri Samarinda.

**Methodology:** the research type used was qualitative with case study design. Informants used were eight people, with in-dept interview.

**Results:** research result stated that informants perception toward family's role was very good, attitude in stress management on elderly and family's role in stress management on elderly to give good impact for elderly. By the fulfilling the daily needs started to give attention, health to economy problem on elderly.

**Applications :** Making this research activity as an effort to increase experience in efforts to implement health research programs regarding the role of families in controlling stress in the elderly. Making the activities and research results as material to increase insight and research knowledge about the role of families in controlling stress in the elderly.

**Kata Kunci :** Peran Keluarga, Pengendalian Stres, Lansia

### 1. PENDAHULUAN

Keluarga adalah dua orang atau lebih yang disatukan oleh kebersamaan dan kedekatan emosional serta yang mengidentifikasi dirinya sebagai bagian dari keluarga (Friedman, 2010). Keluarga merupakan *support system* utama bagi lansia untuk mempertahankan kesehatannya. Peran keluarga pada lansia diantaranya adalah menjaga atau merawat lansia, mempertahankan dan meningkatkan status mentalnya, mengantisipasi perubahan sosial ekonomi, serta memberi motivasi dan memfasilitasi kebutuhan spiritual bagi lansia. Kejadian stres pada lansia sangat rentan terjadi karena dampak penurunan kemampuan dalam mempertahankan hidup, menyesuaikan diri dengan lingkungannya, fungsi badan, dan kejiwaan secara alami (stress sebagai akibat). Pada dasarnya saat seseorang berada pada usia lanjut, mereka sangat bergantung pada orang lain.

Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization, 2007), lanjut usia meliputi usia pertengahan 45-59 tahun, lansia 60-74 tahun, usia tua 75-90 tahun dan sangat tua diatas 90 tahun. Sedangkan di Indonesia prevalensi usia lanjut dibagi menjadi penduduk pra lansia 45-59 tahun, lansia muda 60-89 tahun, lansia madya 70-79 tahun dan lansia tua 80-90 tahun (BPS, 2015). Indonesia termasuk negara berpenduduk struktur tua, karena persentase penduduk lanjut usia yang telah mencapai di atas 7% dari total penduduk. Lanjut Usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas, berdasarkan Undang Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Semakin bertambahnya usia maka semakin tinggi resiko penurunan kesehatan, terutama pada lansia<sup>2</sup>. Berdasarkan hasil sensus yang dilakukan pada tahun 2015 didapatkan hasil sebanyak 21,5 juta lansia atau sekitar 8,43% dari seluruh jumlah penduduk di Indonesia. Tahun 2017 mengalami peningkatan sebesar 23,66 juta lansia, atau berkisar 9,03% dari jumlah penduduk di Indonesia (pusat Data dan Informasi, 2017).

Berdasarkan BPS Kalimantan Timur tahun 2014, jumlah penduduk lansia di Kalimantan Timur tercatat sebanyak 287.28 jiwa atau 8,57% dan jumlah penduduk Kalimantan timur sebesar 3.351.432 jiwa, dengan usia 60-69 tahun sebesar 114.954 jiwa, usia 70-79 tahun sebesar 101.48 jiwa, usia 80-89 tahun sebesar 34.185 jiwa, diatas 90 tahun

sebesar 34.185 jiwa. Data dari badan pusat statistik jumlah lansia di Kalimantan timur pada tahun 2015 mencapai 202.380 jiwa atau 6.03% pada tahun 2016 mencapai 190.470 jiwa 5.6% dri jumlah penduduk Kaltim sebesar 3.351.432 jiwa (BPS Kaltim 2014-2016).

Data yang diperoleh dari Panti Sosial Tresna Werdha “Nirwana Puri” Samarinda terdapat 97 orang jumlah lansia yang tinggal disana, 53 orang terdiri dari laki-laki dan 44 orang lainnya adalah perempuan. Kebanyakan yang tinggal disana merupakan lansia yang terlantar, bahkan ada beberapa lansia yang mengalami gangguan jiwa berat. Berdasarkan data diatas dapat dilihat bahwa peningkatan populasi lansia semakin meningkat di setiap tahunnya, begitu juga dengan kejadian stres pada lansia tentu cukup tinggi maka resiko kejadian stres akan semakin meningkat. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Peran Keluarga Dalam Pengendalian Stres Pada Lansia Di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda” untuk mengetahui penyebab stres pada lansia, persepsi tentang peran keluarga dalam pengendalian stress dan untuk mengetahui peran keluarga secara sosial ekonomi dalam pengendalian stres yang terjadi pada lansia. Peneliti memilih melakukan penelitian di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda karena panti tersebut merupakan tempat menampung lansia diseluruh daerah di Samarinda.

## 2. METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan adalah Kualitatif dengan desain studi kasus. Studi kasus yaitu studi yang mengeksplorasi suatu masalah dengan batasan terperinci, data yang mendalam, dan menyertakan berbagai sumber informasi. Penelitian ini dibatasi waktu dan tempat, serta kasus yang dipelajari berupa program, peristiwa, aktivitas, atau suatu individu (Saryono, 2011)<sup>14</sup>. Penelitian ini untuk menggali dan memahami peran keluarga dalam pengendalian stres pada lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Subjek penelitian adalah lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda dengan cara pengambilan *sample purposive sampling*, dimana subyek yang digunakan berdasarkan ciri/kriteria tertentu, sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya seperti bisa mendengar, bisa diajak komunikasi dengan baik, bersedia menjadi informan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi partisipatif, wawancara mendalam dan dokumentasi. Instrumen dalam penelitian ini adalah peneliti, dengan alat bantu perekam, kamera, dan panduan wawancara mendalam. Uji validitas dan reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini ialah triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber data adalah menggali kebenaran informai tertentu melalui berbagai metode dan sumber perolehan data. Misalnya, selain melalui wawancara dan observasi, peneliti bisa menggunakan observasi terlibat (*participant observation*), dokumen tertulis, arsip, dokumen sejarah, catatan resmi, catatan atau tulisan pribadi dan gambar atau foto. Triangulasi metode dilakukan dengan cara membandingkan informasi atau data dengan cara yang berdeda. Sebagaimana dikenal, dalam penelitian kualitatif peneliti menggunakan metode wawancara, observasi, dan survei.

## 3. HASIL DAN DISKUSI

### 3.1 Hasil Wawancara

#### a. Persepsi Tentang Peran Keluarga

Persepsi tentang peran keluarga pada umumnya dapat diketahui melalui pengetahuan tentang peran keluarga dalam kehidupan sehari-hari. Informan menyebutkan bahwa peran keluarga sangat penting karena tidak akan merasa sendiri dan merasa berharga. Peran keluarga atau keluarga juga sangat baik dan selalu memberi perhatian, Sebagaimana pernyataan informan tentang persepsi terhadap peran keluarga sebagai berikut :

*“ yaa.. baik-baik aja. namanya keluarga ya pasti baik”.*

(SN, 24 Mei 2019).

*“ yaa.. kalau kita punya keluarga kan rasanya bukan lontang lantung sebatangkara. Soalnya kaya masih ada keluarga kan nggak sendiri. Mereka ya sangat berharga bagi saya”.*

(ST, 24 Mei 2019)

Selain merasa dihargai dan merasa tidak sendirian, peran keluarga juga sangat penting bagi keberlangsungan hidup lansia. Mereka merasa peran keluarga sangat membuatnya bahagia, meskipun intensitas pertemuan dengan keluarga tidak banyak. Melalui alat komunikasi seperti handphone mereka biasa melepas rindu dengan bercerita dengan keluarga. Sebagaimana pernyataan informan berikut :

*“Ya namanya manusia itu musti tau to, nek gak tau ya zero. Makanya kalau masih punya keluarga itu nggak sendiri, merasa berharga bisa curhat-curhat itu enak. Kalau gak punya ya kosong”.*

(ST, 24 Mei 2019)

*“meskipun jarang berkunjung, kadang sering telponan. Ya..sekedar tanya kabar atau ngobrol sama cucu. Itu sudah sangat membuat senang”.*

(TM, 21 Mei 2019)

Peran keluarga menurut informan sangat bervariasi, namun pada umumnya menyatakan bahwa peran keluarga sangat baik, berharga dan sangat berarti bagi kehidupan informan. Pengatahuan informan tentang peran keluarga di peroleh dari apa yang informan rasakan sendiri.

### b. Sikap Terhadap Kejadia Stres

informan akan bersikap diam terlebih dahulu lalu memberi pengertian atau perhatian saat lansia yang mengalami stres sudah dalam keadaan tenang. Sikap yang ditunjukkan belum termasuk dalam tindakan atau aktivitas yang dilakukan langsung saat berinteraksi dengan lansia yang mengalami stress. Sebagaimana pernyataan yang di berikan informan sebagai berikut :

*“stress ya kaya depresi, mungkin ya dulunya perkasa terus down. Yaa kasian mau bagaimana, kalau mau di kasih tau ya dikasih tau kalau nggak ya nanti dikira cerewet”.*

(ST, 24 Mei 2019)

*“ saya di amkan dulu atau saya tinggalkan nanti kalau sudah tenang saya kasih pengertian saya beri pemahaman”.*

(ID, 23 Mei 2019)

*“paling kalau ndak mengganggu dibiarkan saja, kadang didengarkan aja, kadang kalau marah marah ditegur aja, selama nggak ganggu aman aja. Soalnya kalau kaya gitu ibaratnya gak ganggu kan malah naik nanti tensinya”.*

(RS, 22 Mei 2019)

*“..paling kalau mbahnya marah-marah gak jelas, terus diingatkan gak dengari biasanya pengasuh telpon saya. Buu ini mbahnya gimana? Ya coba saya tanya pelan-pelan biar gak makin marah”.*

(IB, 16 Juni 2019)

Sikap dalam mengendalikan stres pada lansia bisa dilakukan dengan bergaicara, seperti menjaga komunikasi antara pengasuh dengan lansia, komunikasi antar sesama lansia di wisma atau di lingkungan panti, menjaga komunikasi dengan keluarga. Seperti pernyataan informan berikut :

*“... ya kalo aku sering komunikasi sama anak dan cucuku, kan taunya mereka aku kerja. Kadang lama kalo gak punya pulsa yang sebentar aja yang penting dengar suara mereka”.*

(ST,24 Mei 2019)

*“...kalau komunikasi ya sering, setiap hari. Entah sekedar tanya sudah makan belum atau ngobrol soal apa gitu...”.*

(RS,22 Mei 2019)

Sikap yang ditunjukkan keluarga atau orang terdekat lansia sangat membantu dalam pengendalian stres pada lansia.Seperti berkomunikasi secara teratur, mengingatkan makan, mengingatkan untuk beribadah atau memberi tahu lansia saat mengalami stres agar lebih tenang dan emosinya stabil.

### c. Peran Keluarga Dalam Pengendalian Stres

Peran keluarga dalam pengendalian stres pada lansia sangatlah penting, mengingat bahwa lansia yang tinggal di panti pada umumnya adalah lansia yang masih memiliki keluarga. Sebagaimana pernyataan yang diberikan informan sebagai berikut :

*“ peran keluarga itu penting banget, kan kita punya hubungan darah, hubungan batin, hubungan kekeluargaan kalau gak ada ya merasa kehilangan. Seperti telpon-telponan dan masih ada harapan:.*

(ST, 24 Mei 2019)

*“peran keluarga itu... ya sangat penting bagi saya. Bisa berbagi cerita, saling memperhatikan dan memberi kasih sayang satu sama lain”.*

(VI ,Juni 2019)

*“paling diajak ngobrol aja sih, yang penting ada sedikit interaksi gitu kan? Biar dia tenang, ditanyain sudah makan belum, kenapa belum tidur gitu kan? Sudah malam kenapa belum tidur.Ya diajak ngobrol sedikitlah kalau diajak ngobrol lama malah gak jelas”.*

(RS, Juni 2019)

Peran keluarga tidak hanya bisa diberikan oleh saudara sedarah saja.Namun orang disekitar lingkungan lansia berada, seperti teman satu wisma, pengasuh atau pegawai panti yang memberikan perhatian lebih kepada lansia. Sebagaimana pernyataan informan sebagai berikut :

*“...kalo mbah nem sakit kaya gini, ya tak ingatkan minum obat. Kan dia batuk-batuk jadi kalo tidur susah, ya tak suruh duduk terus senderan sama bantal atau tidur tapi bantalnya ditinggikan”.*

(ST, 17 Juni 2019)

Peran keluarga atau orang terdekat dalam pengendalian stres sangatlah penting.Mengingat lansia sangat memerlukan bantuan orang sekitar untuk melakukan aktivitasnya.Perhatian, komunikasi serta peran keluarga secara langsung sangat memberi pengaruh dalam pengendalian stres pada lansia.

## 3.2. Diskusi

### a. Persepsi Terhadap Peran Keluarga

Pengetahuan adalah suatu proses yang dilakukan seseorang dengan menggunakan pancaindera terhadap objek tertentu yang dapat menghasilkan pengetahuan dan keterampilan (Notoadmodjo, 2012). Peran ialah suatu perilaku yang diharapkan oleh orang lain dari seseorang yang menduduki status tertentu. Keluarga adalah sekumpulan orang yang hidup bersama dan bertempat tinggal bersama yang masing-masing anggota merasakan adanya pertautan batin,

sehingga terjadi saling mempengaruhi dan saling memperhatikan. Peran keluarga yang baik sangat dibutuhkan dalam pemenuhan kebutuhan dan aktivitas pada lansia. Lansia membutuhkan perhatian dan dukungan keluarga untuk beradaptasi terhadap perubahan dan kemunduran yang terjadi akibat proses penuaan yang dialaminya, karena keluarga merupakan support system utama bagi lansia. Lansia akan merasa puas dalam hidupnya apabila ia dapat menerima diri dan lingkungannya secara positif.

Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan informan tentang peran keluarga sangat baik, mereka mengetahui peran keluarga sangat penting dalam keberlangsungan hidup mereka seperti merasa berharga, bahagia dan tidak merasa sendirian. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Anggreani Rahma Stiyani (2017), menyatakan bahwa Peran keluarga dalam upaya mewujudkan lansia sejahtera melalui pelayanan sosial di dalam keluarga adalah dengan membantu lansia memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya yang meliputi kebutuhan jasmani, kebutuhan rohani dan kebutuhan sosial. Keluarga juga memiliki peran sebagai pendamping lansia dalam menghadapi permasalahan hidupnya.

#### b. Sikap Terhadap Kejadian Stres

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap bukan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku (Notoadmodjo, 2012). Berdasarkan hasil penelitian faktor yang mempengaruhi stres pada lansia adalah masalah yang sering muncul di wisma itu sendiri. Seperti ketidakcocokan terhadap teman satu wisma, masalah ekonomi, keluarga yang tidak harmonis dan penyakit yang diderita lansia. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sriati (2008), salah satu hal yang mempengaruhi stres pada lansia yaitu faktor yang dapat didefinisikan sebagai tekanan yang diakibatkan oleh stresor berupa perubahan-perubahan yang menuntut adanya penyesuaian dari lansia. Sikap yang dilakukan untuk mengendalikan stres pada lansia dilakukan oleh sesama lansia, pengasuh atau petugas panti dan keluarga. Sikap yang sering dilakukan adalah melakukan komunikasi terarah dengan sesama lansia, pengasuh dengan lansia dan keluarga dengan lansia.

#### c. Peran Keluarga Dalam Pengendalian Stres

Berdasarkan hasil penelitian peran keluarga sangat penting dalam pengendalian stres pada lansia. Sebagaimana pernyataan informan sebagai berikut :

*“ peran keluarga itu penting banget, kan kita punya hubungan darah, hubungan batin, hubungan kekeluargaan kalau gak ada ya merasa kehilangan. Seperti telpon-telponan dan masih ada harapan.”*

(ST, 24 Mei 2019).

Harapan yang dimaksud disini adalah, memiliki harapan hidup yang lebih lama. Dimana lansia merasa bahagia dan senang jika komunikasi langsung dengan keluarga, sesama lansia di wisma atau lingkungan panti dan dengan pengasuh berjalan lancar. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahma Dwi Putri tentang Lansia yang bertempat tinggal di rumah mayoritas mengalami tingkat stres ringan dan hanya sebagian kecil lansia yang mengalami stres berat, untuk itu diperlukan dukungan keluarga untuk memberikan kasih sayang dan perhatiannya kepada lansia sehingga lansia tidak lagi mengalami stres. Lansia yang bertempat tinggal di panti cenderung mengalami stres tingkat berat, untuk itu lansia memerlukan perhatian yang lebih dari keluarga maupun dari petugas panti agar tingkat stres pada lansia mengalami penurunan sehingga kualitas hidup lansia baik. Dalam hal ini pengasuh atau petugas panti sudah berupaya sebaik mungkin untuk membantu lansia dalam memenuhi kebutuhannya.

Selain peran keluarga dukungan sosial sekitar juga diperlukan, agar lansia bisa menerima perubahan yang terjadi dalam dirinya, seperti perubahan fisik, dan kemampuan yang dimilikinya. Dalam ajaran Islam berbuat baik pada kedua orang tua terutama jika keduanya lansia adalah sangat mulia karena hal tersebut merupakan hal yang termasuk berat untuk dilaksanakan mengingat kondisi fisik dan psikis lansia yang labil dan tidak semua orang dapat melakukannya dengan baik dan hati yang ikhlas. Firman Allah SWT dalam QS. An-Nisa (4:36) yang artinya

*“Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatupun dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapak, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh, dan teman sejawat, Ibnu sabil dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan diri”* (QS. An-Nisa).

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil penelitian dimana peran keluarga bisa menjadi pengendali stres pada lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda, dengan membantu lansia memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya yang meliputi kebutuhan jasmani, kebutuhan rohani dan kebutuhan sosial. Pengetahuan informan tentang peran keluarga sangat baik, mereka mengetahui peran keluarga sangat penting dalam keberlangsungan hidup mereka seperti merasa berharga, bahagia dan tidak merasa sendirian. Keluarga menurut mereka adalah keluarga satu darah, keluarga satu wisma dan orang terdekat lansia. Faktor yang mempengaruhi stres pada lansia adalah masalah yang sering muncul di wisma itu sendiri. Seperti ketidakcocokan terhadap teman satu wisma, masalah ekonomi, keluarga yang tidak harmonis dan penyakit yang diderita lansia. Sikap untuk pengendalian stres pada lansia bisa dilakukan dengan melakukan komunikasi terarah antar lansia, lansia dengan pengasuh dan lansia dengan keluarga. Berdasarkan hasil penelitian peran keluarga dapat

memberikan harapan hidup yang lebih lama kepada lansia. Karena lansia merasa bahagia, merasa diperhatikan jika peran keluarga berjalan baik seperti kunjungan keluarga atau sesama lansia diwisma, komunikasi yang baik secara langsung antara lansia dengan pengasuh atau sebaliknya.

### SARAN DAN REKOMENDASI

Adapun saran untuk Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur adalah dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan evaluasi dalam penyelenggaraan program pendidikan ilmu kesehatan masyarakat. Menjadikan hasil penelitian ini sebagai indikator keberhasilan dari proses belajar mengajar selama kuliah serta kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan mata kuliah seminar kesehatan dan skripsi. Memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai salah satu sumber informasi dan dapat dijadikan sebagai bahan acuan dalam penulisan karya ilmiah di tahun berikutnya.

Bagi Peneliti sesuai peminatan epidemiologi adalah Menjadikan kegiatan penelitian ini sebagai upaya untuk meningkatkan pengalaman dalam upaya pelaksanaan program penelitian kesehatan mengenai peran keluarga dalam pengendalian stres pada lansia. Menjadikan kegiatan dan hasil penelitian sebagai bahan untuk meningkatkan wawasan dan pengetahuan penelitian mengenai peran keluarga dalam pengendalian stres pada lansia. Melakukan surveilans epidemiologi dengan pengumpulan data, pengolahan dan penyajian data, analisis data, penyebaran informasi, umpan balik, tindakan penanggulangan dan melakukan evaluasi.

Bagi Intitusi Memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai masukan untuk dapat melakukan pengendalian stres pada lansia dengan terarah, sehingga stres pada lansia dapat dikendalikan dengan sering mengajak komunikasi lansia dan menjadikan lansia lebih aktif dalam beraktivitas. Dapat menyediakan tempat konseling untuk lansia.

Bagi peneliti selanjutnya adalah memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai gambaran dalam upaya menggali informasi secara lebih mendalam mengenai peran keluarga dalam pengendalian stres pada lansia dengan menggunakan metode yang lebih beragam sehingga diharapkan dapat diperoleh data yang lebih akurat.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada proyek KDM (Kerjasama Dosen Dan Mahasiswa) no. xxxxx, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT), yang memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi mahasiswa dan penerbitan.

### REFERENSI

- Eka Yunitasari. Pengaruh Tehnik Relaksasi Benson Modifikasi Terhadap Kecemasan Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. 2018:300.
- Infodatin Lansia 2016. Situasi Lanjut Usia (Lansia).
- Pusat Data Dan Informasi. Analisis Lansia Di Indonesia. 2017.
- Notoatmodjo Sd. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.
- Royani N. Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Wanita Di Kelurahan Baqa Samarinda Seberang. 2017.
- Timpanometri. Universitas Sumatera Utara. 2012;(2010):6-25. Doi:10.1007/S13398-014-0173-7.2
- Priharmanto A. Hubungan Tingkat Stres Keluarga Dengan Kualitas Perawatan Lansia Dengan Gangguan Kognitif Di Dusun Ngabean Triharjo Pandak Bantul Yogyakarta. 2017.
- Friedman. *Keperawatan Keluarga*. (Egc, Ed.). Jakarta; 1998.
- Rtri Pm. Penanganan Depresi Pada Lansia Di Panti Griya Sehat Bahagia Karanganyar. 2016.
- Santoso A, L Nb, Santoso A, Lestari Nb. Peran Serta Keluarga Pada Lansia Yang Mengalami Post Power Syndrome. 2:23-31.
- Amal Aa. Hubungan Peran Keluarga Dengan Depresi Pada Lansia Di Desa Carigading Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone. 2010.
- Keluarga Ds, Amalia Di. *Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember.*; 2017.
- Saryono. Metodologi Penelitian Keperawatan. Purwokerto: Upt. Percetakan Dan Penerbitan Unsoed.; 2011.
- Bagong Ss. *Metode Penelitian Sosial Berbagai Alternatif Pendekatan*. Yogyakarta; 2005.
- Notoatmodjo Sd. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Revi. Jakarta: Pt. Rineka Cipta; 2012.
- Jw C. *Penelitian Kualitatif & Desain Riset.*; 2014.
- Uptd Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Buku Saku Uptd Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. In: Samarinda; 2018.
- Anggreani Rahma Stiyani. Peran Keluarga Dalam Pelayanan Sosial Lanjut Usia Di Dusun Jambu Hargosari Tanjungsari Gunungkidul. 2017.
- Rahma Dwi Putri. Perbedaan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Bertempat Tinggal Dirumah Dan Di Upt Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso.