

## **PENGARUH PENERAPAN LOGOTERAPI TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA DI BPLU SENJA CERAH PANIKI BAWAH KECAMATAN MAPANGET MANADO**

**Arlita Magdalena Lomboan  
Hendro Bidjuni  
Michael Karundeng**

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran  
Universitas Sam Ratulangi  
Email: [arlitalomboan@gmail.com](mailto:arlitalomboan@gmail.com)

**ABSTRACT :** *The process of aging is a lifelong process, not only starting from a certain time, but start from the beginning of life. Stress is a disruption in the body and human mind caused by changes and demands of life that affected by the environment or the elderly perception against a situation. Logotherapy is an individual therapeutic activities in the form of counseling that is done to overcome the problems of the elderly, one of them is stress. The purpose of this research is to knowing the influences of the Logotherapy implementation to the stress levels in elderly at BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Manado. The study design is Quasi Experimental Design using One Group Pretest Posttest research design, the population amount 60 people and the sample of 15 respondents who obtained using Purposive Sampling method. The research instrument that use is DASS (Depression, Anxiety and Stress Scale) questionnaire. The Statistical test results using the Wilcoxon test, have gained p value = 0,046. This means that p value <  $\alpha$  (0,05). The conclusion of this research, there is influences of the Logotherapy implementation to the stress levels in elderly.*

**Keywords :** *Logotherapy, Stress, Elderly*

**ABSTRAK:** Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Stres merupakan gangguan pada tubuh dan pikiran manusia yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan yang dipengaruhi oleh lingkungan atau persepsi lansia terhadap suatu keadaan. Logoterapi merupakan kegiatan terapi individu berupa konseling yang dilakukan untuk mengatasi berbagai permasalahan pada lansia, salah satunya stres. **Tujuan penelitian** ini untuk mengetahui pengaruh penerapan logoterapi terhadap tingkat stres pada lansia di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Manado. **Desain penelitian** yaitu *Quasi Experimental Design* dengan menggunakan rancangan penelitian *One Group Pretest Posttest*, populasi berjumlah 60 orang dan sampel sebanyak 15 responden didapat menggunakan metode *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner DASS (*Depression, Anxiety and Stress Scale*). **Hasil uji statistik** menggunakan uji *Wilcoxon*, didapatkan nilai  $p = 0,046$ . Ini berarti bahwa nilai  $p < \alpha$  (0,05). **Kesimpulan** dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh penerapan logoterapi terhadap tingkat stres pada lansia.

**Kata Kunci :** Logoterapi, Stres, Lansia

## PENDAHULUAN

Pertumbuhan populasi lansia (usia > 60 tahun) di dunia meningkat sangat pesat dibandingkan dengan kelompok usia lain. Pada tahun 2000 jumlah lansia di dunia sekitar 600 juta (11%), tahun 2005 diperkirakan meningkat menjadi 1,2 milyar (22%). Di negara berkembang juga memperlihatkan peningkatan jumlah lansia pada tahun 2025 diperkirakan mencapai 840 juta (70%) dan tahun 2050 jumlah lansia akan mencapai 1,6 milyar (80%) (Undesa, 2012).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik angka harapan hidup yang dihitung untuk Indonesia dari Sensus Penduduk tahun 1971 yaitu 47,7 tahun dan mengalami peningkatan pada tahun 1980 menjadi 52,2 tahun dan meningkat lagi menjadi 59,80 tahun menjelang tahun 1990 dan pada tahun 2000 angka harapan hidup untuk Indonesia menjadi 65,5 tahun. Berdasarkan data statistik Indonesia estimasi Angka Harapan Hidup Provinsi Sulawesi Utara untuk periode 2000-2005 yakni 72,3 untuk periode 2005-2010 mengalami peningkatan menjadi 73,6 dan untuk periode 2010-2015 menjadi 74,4 (Pusat Data dan Informasi Depkes RI, 2006).

Secara individu, pada usia di atas 55 tahun terjadi proses penuaan secara alamiah. Hal ini akan menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi, dan psikologis (Bandiyah, 2009). Menurut Trisnapati (2012) dalam penelitiannya mengatakan bahwa problem yang umum terjadi pada lansia yaitu depresi. Insidensi depresi paling tinggi terjadi pada lansia yang menjadi penghuni panti rawat werdha. Dalam penelitiannya mengatakan bahwa pelatihan kebermanaan hidup efektif dalam menurunkan tingkat depresi pada lansia di panti Wredha Dharma Bakti Surakarta. Skor tingkat depresi pada kelompok eksperimen menurun setelah diberi perlakuan berupa pelatihan kebermanaan hidup.

Salah satu bentuk pelatihan kebermanaan hidup ialah logoterapi. Konseling logoterapi merupakan sarana bagi lansia untuk menemukan dan meningkatkan makna dan tujuan hidupnya (Suprpto, 2013). Selain penelitian yang dilakukan Trisnapati (2012) ada juga penelitian dari Nauli (2011) yang meneliti tentang pengaruh logoterapi lansia dan psikoedukasi keluarga terhadap depresi dan kemampuan memaknai hidup pada lansia di kelurahan Katulampa Bogor Timur mendapatkan hasil bahwa logoterapi dan psikoedukasi keluarga memberikan pengaruh 62.44% dalam menurunkan depresi secara bermakna.

Badan Penyantun Lanjut Usia Senja Cerah Paniki merupakan salah satu Badan Penyantun Lansia yang ada di Manado yang terletak di Paniki Bawah, Kecamatan Mapanget, Manado. Berdasarkan hasil pengambilan data awal yang peneliti lakukan di BPLU Senja Cerah didapatkan jumlah lansia yang tinggal di BPLU tersebut sebanyak 60 orang dengan jumlah perempuan 43 orang dan laki-laki 17 orang.

Berdasarkan hasil uraian serta beberapa hasil penelitian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh penerapan logoterapi terhadap stres pada lansia. Selain itu, penelitian tentang pengaruh penerapan logoterapi terhadap stres pada lansia belum pernah dilakukan di Manado khususnya di Badan Penyantun Lanjut Usia, oleh karena itu, penulis ingin melakukan penelitian tentang pengaruh penerapan logoterapi terhadap stres pada lansia di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah, Kecamatan Mapanget, Manado.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu desain penelitian *Quasi Experimental Design* (eksperimen semu) dengan menggunakan rancangan penelitian *One Group Pretest Posttest*. Penelitian ini digunakan untuk

mengetahui perbedaan tingkat stres pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan logoterapi. Penelitian ini dilakukan di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah, Kecamatan Mapanget, Manado pada bulan Januari – Februari 2015. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh lansia yang berada di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah, Kecamatan Mapanget, Manado berjumlah 60 orang.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *Purposive Sampling* berjumlah 15 orang lanjut usia yang berada di BPLU Senja Cerah Paniki Manado sesuai dengan Kriteria Inklusi yaitu Lansia yang berada di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Lansia yang berjenis kelamin Perempuan, Lansia yang berusia diatas 60 tahun, Lansia yang bersedia menjadi responden.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner DASS (*Depression, Anxiety and Stress Scale*) yang sudah pernah digunakan sebelumnya oleh Piyeke (2014) untuk melihat tingkat stres dengan durasi waktu bermain *game online* pada remaja di Manado. Untuk mengukur tingkat stres pada lansia digunakan skala *Likert* dengan kriteria jawaban bila tidak pernah=0, kadang-kadang=1, lumayan sering=2, sering sekali=3, jumlah pertanyaan sebanyak 14 item. Kategori stres lansia yaitu Ringan (skor 0-10), Sedang (skor 11-20), stres Berat (skor 21-30), dan stres sangat berat (skor  $\geq 31$ ).

Data dianalisis melalui analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha \leq 0,05$ ).  $H_a$  diterima jika nilai  $p \leq 0,05$ , yakni terdapat pengaruh penerapan logoterapi terhadap tingkat stress pada lansia, dan  $H_0$  ditolak ( $H_0$  diterima) jika nilai  $p \geq 0,05$  yakni tidak terdapat pengaruh penerapan logoterapi terhadap tingkat stres pada lansia. Etika penelitian bertujuan untuk menjaga kerahasiaan identitas responden akan kemungkinan terjadinya ancaman terhadap responden

yaitu *Informed Consent*, *Anonimity* (Tanpa Nama), *Confidentiality*, *Dignity* (Hak Asasi Manusia) dan *Justice* (Keadilan)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

**Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Responden Menurut Umur pada lansia di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah, Manado.**

Umur	N	%
Lanjut Usia (60-74 tahun)	7	46,7
Lanjut usia tua (75-90 tahun)	7	46,7
Usia sangat tua (diatas 90 tahun)	1	6,7
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, 2015

Berdasarkan tabel 1 data yang diperoleh menunjukkan distribusi responden berdasarkan umur memiliki jumlah yang sama banyak yaitu responden lanjut usia (60 - 74 tahun) dan lanjut usia tua (75 – 90 tahun), masing-masing berjumlah 7 orang (46,7%)

**Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Responden Menurut Lamanya tinggal di Panti pada lansia di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah, Manado.**

Lamanya tinggal di panti	N	%
< 5 tahun	10	66,7
> 5 tahun	5	33,3
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, 2015

Berdasarkan tabel 2 ditemukan data bahwa dalam penelitian ini responden yang paling banyak yaitu lansia yang tinggal di panti kurang dari 5 tahun yaitu 10 lansia (66,7%).

**Tabel 3 : Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Lansia sebelum dilakukan Logoterapi di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Manado**

Tingkat Stres	N	%
Ringan (0-10)	5	33,3
Sedang (11-20)	7	46,7
Berat (21-30)	3	20
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, 2015

Berdasarkan tabel 3 ditemukan bahwa dalam penelitian ini tingkat stress lansia sebelum dilakukan Logoterapi paling banyak yaitu Sedang (11-20) yang berjumlah 7 lansia (46,7%)

**Tabel 4 : Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Lansia sesudah dilakukan Logoterapi di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Manado**

Tingkat Stres	N	%
Ringan (0-10)	8	53,3
Sedang (11-20)	5	33,3
Berat (21-30)	2	13,3
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, 2015

Berdasarkan tabel 4 ditemukan bahwa dalam penelitian ini tingkat stres lansia sesudah dilakukan Logoterapi paling banyak yaitu Ringan (0-10) yang berjumlah 8 lansia (53,3%)

Analisis Bivariat

**Tabel 5 : Pengaruh penerapan Logoterapi terhadap tingkat stres pada Lansia di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Manado**

Tingkat Stres	N	P value
Menurun	15	
Meningkat	0	0,046
<b>Total</b>	<b>15</b>	

Sumber : Data Primer, 2015

**Tabel 6 : Selisih Penurunan Tingkat Stres pada Lansia setelah dilakukan Logoterapi di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Manado**

Stres Sebelum	Stres Sesudah	Jumlah Penurunan
15	10	5
20	10	10
4	2	2
9	6	3
9	5	4
20	15	5
23	19	4
3	2	1
16	13	3
16	14	2
16	12	4
7	5	2
29	22	7
13	10	3
26	22	4

Sumber : Data Primer, 2015

Berdasarkan tabel 5.5 di atas, menunjukkan uji *Wilcoxon* dengan nilai  $p = 0,046$ . Penelitian ini mendapatkan hasil  $p \leq \alpha (0,05)$ , sehingga Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) dapat diterima, berarti ada pengaruh penerapan Logoterapi terhadap tingkat stres pada Lansia di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Manado.

## B. PEMBAHASAN

Dari 15 sampel yang diteliti diperoleh persentase umur responden terbanyak yakni yang berada di kategori lanjut usia (60-74 tahun) dan lanjut usia tua (75-90 tahun), masing-masing berjumlah 7 orang. Pada penelitian yang dilakukan oleh Octavianti (2012) di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya Pontianak didapatkan hasil yang menyatakan bahwa kejadian stres lebih banyak ditemukan pada lansia dengan rentang usia 60-74 tahun (40,91%), namun menurut penelitiannya menunjukkan bahwa usia tidak signifikan mempengaruhi kejadian stres pada lansia. Hal ini dikarenakan

semakin bertambahnya umur manusia, terjadi proses penuaan secara degeneratif yang akan berdampak pada perubahan-perubahan pada diri manusia. Perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia diantaranya perubahan kondisi fisik, perubahan kondisi mental, perubahan psikososial, perubahan kognitif dan perubahan spiritual. Perubahan-perubahan tersebut secara langsung atau tidak langsung dapat merupakan penyebab lansia mengalami stres, cemas, dan atau depresi (Yani & Parasdyasih, 2013).

Dari keseluruhan responden yaitu 15 responden, didapatkan jumlah terbanyak lansia yang tinggal dipanti yaitu yang tinggal di panti kurang dari 5 tahun yaitu 10 responden (66,7%). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Mahfiroh (2013) di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya didapatkan sebanyak 25 orang (58,1%) lansia yang berada di Panti dalam rentang waktu 1 sampai 5 tahun. Menurut peneliti, waktu yang bervariasi dapat mempengaruhi tingkat stres yang bervariasi pula pada lansia yang berada di Panti. Hal ini juga dapat menjadi salah satu faktor penyebab mengapa banyak lansia yang tidak tinggal dalam rentang waktu yang lama di dalam panti, selain itu aktivitas yang monoton dalam panti juga dapat menjadi penyebab mengapa banyak lansia yang tidak tinggal dipanti lebih dari 5 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Setyarini & Arianto (2014), bahwa yang mempengaruhi lamanya lansia berada kurang dari 5 tahun disebabkan oleh kebosanan menjalani kehidupan di dalam panti. Hal ini disebabkan oleh kurangnya motivasi, dan tidak ada aktivitas yang menyenangkan untuk dilakukan lansia.

Dari 15 responden yang diteliti, ditemukan bahwa tingkat stres lansia sebelum dilakukan Logoterapi paling banyak yaitu Sedang (11-20) yang berjumlah 7 lansia (46,7%) dan setelah dilakukan logoterapi terjadi perbedaan yaitu tingkat stres lansia sesudah

dilakukan Logoterapi paling banyak yaitu Ringan (0-10) yang berjumlah 8 lansia (53,3%). Menurut Suzanne & Brenda (2008 dalam Mardiana & Zalfino, 2014), stres dengan tingkat sedang merupakan stres yang terjadi lebih lama, dari beberapa jam sampai hari. Fase ini ditandai dengan kewaspadaan, fokus pada indera penglihatan dan pendengaran, peningkatan ketegangan dalam batas toleransi, dan mampu mengatasi situasi yang dapat mempengaruhinya. Aryana & Novitasari (2013) dalam penelitiannya mengatakan bahwa sebagian besar lansia yang berada di panti mengalami stres sedang yang disebabkan karena kekecewaan atau kemarahan pada anak, keluarga atau lingkungan sekitar. Stres sedang biasanya disertai keluhan seperti gangguan tidur, detak jantung lebih keras, ketegangan emosional meningkat. Selain mengalami stres sedang lansia juga ada yang mengalami stres ringan ini disebabkan karena terlalu banyak tidur. Situasi seperti ini biasanya berlangsung beberapa menit atau jam. Bagi mereka sendiri, stresor ini bukan resiko yang signifikan untuk timbulnya gejala, namun demikian, stresor ringan yang banyak dalam waktu singkat dapat meningkatkan resiko penyakit.

Dalam penelitian ini ditemukan adanya pengaruh penerapan logoterapi terhadap tingkat stres pada lansia, dapat dilihat melalui uji *Wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ , hasil analisa menunjukkan yaitu nilai  $p=0,046$ , maka nilai  $p < \alpha$  (tabel 5.5). Dari total 15 responden yang diteliti diperoleh data semua responden (15 responden) mengalami penurunan tingkat stres dan tidak ada responden yang mengalami peningkatan jumlah tingkat stres.

Dari penelitian ini didapatkan bahwa logoterapi dapat berpengaruh terhadap tingkat stres pada lansia. Logoterapi yang merupakan salah satu bentuk pelatihan kebermaknaan hidup ini, selain menjadi sarana bagi lansia untuk menemukan dan meningkatkan makna dan tujuan hidupnya juga dapat menjadi sarana bagi lansia untuk menurunkan depresi yang merupakan efek negatif dari stres. Hal ini sejalan dengan

penelitian yang dilakukan oleh Trisnapati (2012) di Panti Wredha Dharma Bakti Surakarta didapatkan bahwa pelatihan kebermaknaan hidup efektif dalam menurunkan tingkat depresi pada lansia sebesar 77,78%. Pelatihan kebermaknaan hidup ini dapat dikatakan membantu responden dalam menangani tingkat depresi. Stres memiliki hubungan yang sangat erat terhadap terjadinya depresi. Seseorang mengalami depresi akibat tidak mampu berespon atau beradaptasi terhadap stresor dengan baik. Stres yang berkepanjangan akan sangat membahayakan kondisi seseorang, terlebih pada lansia (Hamdiana, 2009).

Selain penelitian yang dilakukan Trisnapati (2012), ada juga penelitian yang dilakukan oleh Nauli (2011) dalam penelitiannya menyatakan bahwa depresi lansia pada kelompok intervensi di Kelurahan Katulampa Bogor menunjukkan adanya penurunan yang bermakna sebelum dan sesudah dilakukan logoterapi. Logoterapi memiliki pengaruh terhadap penurunan depresi pada lansia dengan jumlah penurunan sebesar 62,44%. Stres pada lansia dapat terjadi karena permasalahan psikologis yang dapat terjadi karena lansia tidak mampu menyelesaikan setiap tahapan perkembangannya dengan baik. Tugas perkembangan lansia yaitu mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi baik fisik/biologis, sosial ekonomi sehingga lansia mengerti dan menerima kehidupan serta mampu menggunakan pengalaman hidup untuk dapat mengikuti perubahan yang terjadi karena proses menua sehingga tercapai integritas diri. Selain dikarenakan permasalahan psikologis, kurangnya perhatian juga dapat berpengaruh terhadap tingkat stres lansia. Mahfiroh (2013) dalam penelitiannya yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya di dapatkan sebanyak 27 orang (62,8%) lansia tidak mendapat kunjungan dari keluarga. Hal ini dapat mempengaruhi tingkat stres lansia, karena kurang mendapat perhatian dari keluarga. Dukungan sosial dari orang lain sangat berharga dan akan menambah ketentraman hidupnya. Dukungan tersebut sangat berarti apabila diberikan oleh orang yang berarti dalam hidup lansia. Dari informasi yang didapatkan peneliti, para lansia yang menjadi responden memilih untuk tinggal di panti

karena keinginan mereka sendiri. Mereka ingin tinggal di panti karena tidak mau menyusahkan anak-anak dan keluarganya, selain itu, ada juga karena alasan ekonomi dan alasan karena sudah tidak memiliki tempat tinggal yang layak, sehingga memilih untuk tinggal di panti.

## KESIMPULAN

Tingkat stres sebelum dilakukan Logoterapi pada responden paling banyak ialah Sedang. Tingkat stres sesudah dilakukan Logoterapi pada responden paling banyak ialah Ringan. Terdapat perbedaan tingkat stres pada lansia pre dan post logoterapi, bahwa terjadi penurunan tingkat stres setelah dilakukan logoterapi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aryana K.O., Novitasari.D. 2013. *Pengaruh Tehnik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Stres Lansia di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Jurnal Keperawatan Jiwa. Volume 1, No.2
- Bandiyah, S. 2009. *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Hamdiana, 2009. *Perbedaan Tingkat Stres Dan Strategi Koping Pada Lansia Yang Tinggal di Rumah Bersama Keluarga dan Panti Sosial Tresna Wredha Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen Nanggroe Aceh Darussalam*. Aceh: Program Magister Ilmu Keperawatan Kekhususan Keperawatan Komunitas Fakultas Ilmu Keperawatan.
- Mahfiroh, I. 2013. *Hubungan Pola Aktivitas Pemenuhan Kebutuhan Dasar Dengan Tingkat Stres Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Dharma Kabupaten Kubu Raya*. Pontianak.

- Mardiana Y., Zalfino. 2014. *Hubungan Antara Tingkat Stress Lansia dan Kejadian Hipertensi pada Lansia di RW 01 Kunciran Tangerang*. Jakarta : Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.
- Nauli. F. A, 2011. *Pengaruh Logoterapi Lansia Dan Psikoedukasi Keluarga Terhadap Depresi Dan Kemampuan Memaknai Hidup Pada Lansia Di Kelurahan Katulampa Bogor Timur*. Bogor: Fakultas Ilmu Keperawatan Program Magister Ilmu Keperawatan Depok.
- Octavianti M.M. 2012. *Gambaran Depresi Pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya*. Pontianak : Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Piyeke, P.J. 2014. *Hubungan Tingkat Stres Dengan Durasi Waktu Bermain Game Online Pada Remaja Di Manado*. Manado: Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi.
- Pusat Data dan Informasi Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2006. *Data dan Informasi Kesehatan*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi.
- Setyarini E.A., Arianto A.B., 2014. *Pengaruh Terapi Kognitif Perilaku Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Lansia di Panti Werdha Karitas Cimahi*.
- Suliswati., Payapo T.A., Maruhawa J., Sianturi Y., Sumijatun. 2012. *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Suprpto, H.U.H., 2013. *Konseling logoterapi untuk meningkatkan kebermaknaan hidup lansia*. Madiun: Jurnal Sains dan Praktik Psikologi.
- Trisnapati. I.K.E., 2012. *Keefektifan Pelatihan Kebermaknaan Hidup Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Wredha Dharma Bakti Surakarta*. Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Undesa, 2012. *Population Ageing and Development*. ([www.unpopulation.org](http://www.unpopulation.org), diakses tanggal 24 Oktober 2014)
- Yani P., Parasdyasih S. 2013. *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kemandirian Pada Lanjut Usia Dalam Pemenuhan Aktivitas Dasar Sehari-hari di Desa Bebel Kecamatan Wonokerto Kabupaten Pekalongan*. Pekalongan : Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Pekajangan.