

Hubungan Tingkat Stres Dengan Tingkat Kemandirian Dalam Aktivitas Sehari-Hari Pada Lansia Diwilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar

Achmad Indra Awaluddin

¹Universitas Mega Rezky, Makassar, Indonesia
Antang, Kec. Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90234
Korespondensi E-mail: indra2mike@gmail.com

Submitted: 26 Juli 2021, Revised: 1 Agustus 2021, Accepted: 30 September 2021

Abstract

Stress is very common of elderly because of loss factors, decreased physical health, and lack of family support. It will cause the crisis that builds up and prolonged independence of the elderly can be assessed from his ability in doing their daily activities or often called Activity of Daily Living (ADL), so as to minimize the morbidity of the elderly. This study aimed at investigating the relationship of stress levels with the level of independence in daily activities of the elderly in the working area of PUSKESMAS Antang. This research used the *cross sectional model*, the samples in this research were 32 respondents elderly in the working area of PUSKESMAS Antang. The data was collected by conducting direct interviews with the respondents and the data processed by using the SPSS program. The result showed that $p\text{-value} = 0.104$ or $p\text{-value} < 0.05$, thus H_0 was rejected and H_a was accepted, it showed that no correlation between the level of stress and the level of independence in daily activities of the elderly in the working area of PUSKESMAS Antang, Makassar. So we can conclude that there is no relationship between the level of stress and the level of independence in daily activities in the elderly in the working area of PUSKESMAS Antang, Makassar. H_a was rejected and H_0 was accepted. It is expected to be an evaluation material for Public Health Center how to cope with stress levels with the independence of the elderly in their daily activities.

Keyword: Elderly, Stress Levels, Independence Levels

Abstrak

Stres sangat umum terjadi pada lansia karena faktor kehilangan, penurunan kesehatan fisik, dan kurangnya dukungan keluarga. Hal tersebut akan menyebabkan krisis dalam mental dan kemandirian yang berkepanjangan pada lansia yang dapat dinilai dari kemampuannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari atau sering disebut Activity of Daily Living (ADL), sehingga dapat meminimalisir angka kesakitan lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari lansia di wilayah kerja PUSKESMAS Antang. Penelitian ini menggunakan model *cross sectional*, sampel dalam penelitian ini adalah 32 responden lansia di wilayah kerja PUSKESMAS Antang. Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan wawancara langsung dengan responden dan data diolah dengan menggunakan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa $p\text{-value} = 0,104$ atau $p\text{-value} < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, hal ini menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari lansia di wilayah kerja PUSKESMAS Antang, Makassar. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kemandirian dalam beraktivitas sehari-hari pada lansia di wilayah kerja PUSKESMAS Antang Makassar. H_a ditolak dan H_0 diterima. Diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi Puskesmas cara mengatasi tingkat stres dengan kemandirian lansia dalam beraktivitas sehari-hari.

Kata Kunci: Lansia, Tingkat Stres, Tingkat Kemandirian

Pendahuluan

Lansia adalah suatu proses yang alami yang tidak dapat di hindari oleh manusia. Lansia di tandai dengan perubahan fisik, emosional, dan kehidupan seksual. Gejala-gejala kemunduran fisik seperti merasa cepat capek, stamina menurun, badan menjadi

membongkok, kulit keriput, rambut memutih, gigi mulai rontok, fungsi panca indra menurun, dan pengapuran pada tulang rawan (Maramis, 2016). Perubahan emosional yaitu daya ingat menurun, sering lupa, emosi berubah, sering marah-marah, rasa harga diri tinggi, dan mudah tersinggung. Selain perubahan-perubahan yang bersifat negative diatas lansia juga mengalami perubahan yang bersifat positif lansia selalu berusaha meningkatkan iman dan takwanya kepada Tuhan, lansia mampu hidup mandiri dan tidak terlalu tergantung pada keluarga. Selain itu lansia juga dapat menjalin hubungan tetap rukun dengan pasangan, anak-anak, kerabat dekatnya dan lansia memiliki teman di lingkungan untuk berkomunikasi dan bergaul. (Adrianisah & Septiningsih, 2013)

World Health Organization (WHO), pada tahun 2015, populasi penduduk dunia yang berusia 60 tahun atau lebih, mencapai 900 juta jiwa. Terdapat 125 juta jiwa yang berusia 80 tahun atau lebih, pada tahun 2050, diperkirakan mencapai 2 miliar jiwa di seluruh dunia. Akan ada hampir sebanyak 120 juta jiwa yang tinggal sendiri di Cina, dan 434 juta orang di kelompok usia ini di seluruh dunia. Di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2000 jumlah Lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah Lansia 24,000,000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 di perkirakan jumlah Lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi. (WHO, 2015)

Berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk, lansia di Indonesia (9,03%). Pada tahun 2017 provinsi dengan presentase lansia terbesar adalah D.I Yogyakarta sebanyak (13,81%), Jawa tengah (12,59) dan Jawa timur (12,25%) Sementara itu, tiga provinsi dengan presentase lansia terkecil adalah Papua (3,20%), Papua barat (4,33%), dan kepulauan Riau (4,35%). (Kementerian Kesehatan, 2017)

Kota Makassar menempati jumlah lansia terbanyak kedua di Sulawesi selatan setelah Kabupaten Bone, yaitu sebanyak 79.581 jiwa (Arnis, 2019). Berdasarkan pengambilan data awal di Puskesmas Antang didapatkan data jumlah lansia yaitu sebanyak 127 jiwa. Di kelurahan Antang, posyandu lansia bergabung dengan posyandu bayi balita, jumlah kunjungan lansia pun masih sangat rendah. Dengan demikian, pelaksanaannya belum berfungsi optimal, bahkan tidak mampu menyentuh kebutuhan para lansia salah satunya kemandiriannya. (Puskesmas Antang, 2019)

Kemandirian sangat penting dalam memenuhi kebutuhan dasar manusia. Dengan pemikiran para lansia, diakui sebagai individu yang mempunyai karakteristik yang unik. Kemandirian pada lanjut usia dapat di nilai dari kemampuannya dalam melakukan aktivitas kesehariannya atau yang sering disebut dengan *Activity of daily living* (ADL), sehingga meminimalkan morbiditas para lanjut usia. (Anugrah, 2018)

Salah satu ukuran penting pada morbiditas adalah kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari, seperti mandi, berpakaian, toileting, dan makan. Ketika tidak dapat melakukan *self-care*, maka akan menjadi tergantung dengan bantuan. Begitupula pada usia lanjut akan mengalami stres sebagai suatu keadaan seseorang tidak mampu memberi respon yang tepat dan wajar. (Sari & Sani Utami, 2015)

Masalah akan muncul bila lansia tidak berhasil menemukan jalan keluar masalah masalah yang timbul sebagai proses dari menua. Rasa tersisih tidak di butuhkan lagi, ketidakikhlasan menerima kenyataan baru seperti penyakit yang tak kunjung sembuh, kematian pasangan. Semakin panjang usia seseorang, maka akan semakin banyak pula transisi hidup, yang mayoritas di susun oleh pengalaman kehilangan, meliputi masa pensiun, perubahan finansial, perubahan perang dan hubungan, perubahan kesehatan dan kemandirian fungsional. Sebagian kecil lansia telah kehilangan kemandirian merawat diri, menderita dan kebingungan atau menarik diri dan tidak mampu mengambil keputusan mengenai kebutuhannya. Aspek kemandirian lansia memiliki keterkaitan yang erat dengan menurunnya kemandirian merespon stres. (Selo, Candrawati, & Putri, 2017)

Stres sangat rentan terjadi pada lanjut usia karena factor kehilangan, penurunan kesehatan fisik, dan kurangnya dukungan dari keluarga, kurangnya dukungan keluarga pada lanjut usia tidak adekuat dalam menghadapi masalah, akan menyebabkan krisis yang bertumpuk dan berkepanjangan.

Hasil penelitian menunjukkan kemandirian memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat stres, di mana responden dengan tingkat kemandirian lebih tinggi memiliki tingkat stres yang lebih rendah. (Koampa, Bidjuni, & Onibala, 2015)

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik dan menganggap perlu untuk mengkaji lebih jauh tentang hubungan tingkat stres dengan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada lansia.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini di gunakan model *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variable independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat (Hidayat, 2014). Penelitian ini berlokasi Penelitian ini di laksanakan di wilayah kerja puskesmas antang kota makassar. Besar sampel pada penelitian ini sebanyak 32 Responden yang merupakan lansia yang berusia 60-80 tahun dan terdaftar dalam buku register lansia serta bersedia menjadi responden. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah dalam bentuk kuisioner dan wawancara sebagai alat bantu untuk mengambil data primer dan diuji menggunakan *Fisher's Exact Test*.

Hasil

1. Karakteristik responden

a. Umur

Distribusi responden umur lansia yang bertempat tinggal diwilayah kerja puskesmas antang dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 1
Distribusi frekuensi berdasarkan Umur Lansia
di Wilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar

Usia lansia	Jumlah	Persentase
Lansia 60-74	30	93,8
Lansia tua 75-90	2	6,3
Total	32	100

Sumber : Data primer (Diolah februari 2020)

Dari tabel 5.1 menunjukan bahwa dari 32 responden, distribusi kelompok umur responden terbanyak adalah umur lansia 60-74 tahun sebanyak 30 responden (93,8%) dan yang paling rendah adalah umur lansia tua 75-90 sebanyak 2 responden (6,3%).

b. Jenis kelamin

Distribusi responden menurut jenis kelamin yang bertempat tinggal Diwilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar dilihat pada tabel sebagi berikut:

Tabel 2
Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin responden diwilayah kerja
puskesmas antang kota Makassar.

Jenis kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	13	40,6
Perempuan	19	59,4
Total	32	100,0

Sumber : Data primer (Diolah februari 2020)

Dari tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 32 responden distribusi frekuensi kelompok jenis kelamin laki-laki sebanyak 13 responden (40,6%), sedangkan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 19 responden (59,4%).

c. Pendidikan

Distribusi responden menurut jenis kelamin yang bertempat tinggal Diwilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3
Disribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Pendidikan Responden Diwilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar

Pendidikan	Jumlah	Presentase
Tidak sekolah	10	31,3
SD	11	34,4
SMP	1	3,1
SMA	5	15,6
S1	5	15,6
Total	32	100,0

Sumber : Data primer (Diolah februari 2020)

Dari tabel 5.3 menunjukan bahwa dari 32 responden distribusi frekuensi kelompok jenis pendidikan tidak sekolah sebanyak 10 orang (31,3%), SD berjumlah 11 orang (34,4%), SMP berjumlah 1 orang (3,1%), SMA berjumlah 5 orang (15,6%), S1 berjumlah 5 orang (15,6%).

d. Pekerjaan

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Pekerjaan Responden Diwilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar

Pekerjaan	Jumlah	Persentase
Tidak kerja	6	18,8
IRT	13	40,6
Wirausaha	10	31,3
Pensiunan	3	9,4
Total	32	100,0

Sumber : Data primer (Diolah februari 2020)

Dari tabel 5.4 menunjukan bahwa dari 32 responden distribusi frekuensi kelompok jenis pekerjaan yaitu tidak bekerja berjumlah 6 orang (18,8%), IRT berjumlah 13 orang (40,6%), Wirausaha berjumlah 10 orang (31,3%), pensiunan berjumlah 3 orang (9,4%).

e. ADL terhadap tingkat stress

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Adl Tingkat Kemandirian Pada Lansia

ADL TINGKAT KEMANDIRIAN	TINGKAT STRES	INDEKS KATS						JUMLAH
		1	2	3	4	5	6	
Mandiri	Ringan	-	-	-	-	-	-	13
	Sedang	-	-	-	-	-	-	15
Tergantung	Ringan	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4
	Sedang	-	-	-	-	-	-	0
TOTAL								32

Sumber : Data primer (Diolah februari 2020)

Berdasarkan tabel 5 bahwa tingkat kemandirian yang tingkat stresnya ringan dengan indeks kats yang tidak menggunakan batuan orang lain berjumlah 13 responden, begitupun dengan tingkat kemandirian yang tingkat stresnya sedang berjumlah 15 responden, kemudian tingkat kemandirian yang tergantung dengan tingkat stres ringan yang indeks katsnya dibantu berjumlah 4 responden, dan tingkat kemandirian tergantung dengan tingkat stres sedang berjumlah 0.

f. Tingkat stres

Tabel 6
Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat stres pada lansia di wilayah kerja puskesmas antang kota Makassar.

Tingkat stress	Frekuensi	Presentase
Stres ringan	17	53,1
Stres sedang	15	46,9
Total	32	100,0

Sumber : Data primer (Diolah februari 2020)

Berdasarkan dari tabel 6 dapat di ketahui dari 32 responden yang mengalami stres ringan sebanyak 17 responden (53,1%) stres sedang sebanyak 15 responden (46,9%).

g. Tingkat kemandirian

Tabel 7
Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat kemandirian pada lansia di wilayah kerja puskesmas antang kota Makassar.

Tingkat kemandirian	Frekuensi	Persentase (%)
Tergantung	4	12,5
Mandiri	28	87,5
Total	32	100,0

Sumber : Data primer (Diolah februari 2020)

Berdasarkan tabel 7 dapat di ketahui dari 32 responden dengan tingkat kemandirian yang tergantung berjumlah 4 responden (12,5%),tingkat kemandirian yang mandiri berjumlah 28 responden (87,5%).

2. Analisa Bivariat

Untuk mengetahui Hubungan tingkat stres dengan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada lansia di wilayah kerja puskesmas antang dapat di lihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 8
Hubungan tingkat stres dengan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada lansia di wilayah kerja puskesmas antang kota Makassar

Tingkat Stres	Tingkat Kemandirian						P
	tergantung		Mandiri		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Stres ringan	4	12,5	13	40,6	17	53,1	0,104
Stres sedang	0	0,0	15	46,9	15	46,9	
Total	4	12,5	28	87,5	32	100,0	

Keterangan: Fisher exact test analysis, *nilai p signifikan ($p < 0,05$)

Berdasarkan tabel 8 dapat di ketahui bahwa responden yang mengalami stres ringan sebanyak 17 (53,1%) responden dengan tingkat stres ringan yang tingkat kemandiriannya tergantung sebanyak 4 (12,5%) dan responden dengan tingkat stres ringan yang tingkat kemandiriannya mandiri yaitu sebanyak 13 (40,6%). Responden yang mengalami stres sedang berjumlah 15 (46,9%), responden dengan tingkat stres sedang yang tingkat kemandiriannya tergantung berjumlah 0 (0,0%) dan responden dengan tingkat stres sedang yang tingkat kemandiriannya mandiri sebanyak 15 (46,9%).

Dari hasil uji statistic berdasarkan *Fisher's Exact Test* di peroleh nilai $p=0,104$ atau nilai $p>0,05$ dengan demikian maka H_0 ditolak dan H_a di terima hal ini menunjukkan bahwa tidak ada ada hubungan tingkat stres dengan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada lansia di wilayah kerja puskesmas antang kota Makassar.

Pembahasan

Berdasarkan tabel 5.7 dapat di ketahui bahwa responden yang mengalami stres ringan sebanyak 17 (53,1%) responden dengan tingkat stres ringan yang tingkat kemandiriannya tergantung sebanyak 4 (12,5%) dan responden dengan tingkat stres ringan yang tingkat kemandiriannya mandiri yaitu sebanyak 13 (40,6%). Responden yang mengalami stres sedang berjumlah 15 (46,9%), responden dengan tingkat stres sedang yang tingkat kemandiriannya tergantung berjumlah 0 (0,0%) dan responden dengan tingkat stres sedang yang tingkat kemandiriannya mandiri sebanyak 15 (46,9%).

Dari hasil uji statistic berdasarkan *fisher's exact test* di peroleh nilai $p=0,104$ atau nilai $p<\alpha=0,05$ dengan demikian maka H_0 diterima dan H_a di tolak, hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan tingkat stres dengan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada lansia di wilayah kerja puskesmas antang kota Makassar.

Stres sangat rentan terjadi pada lanjut usia karena factor kehilangan, penurunan kesehatan fisik, dan kurangnya dukungan dari keluarga, kurangnya dukungan keluarga pada lanjut usia tidak adekuat dalam menghadapi masalah, akan menyebabkan krisis yang bertumpuk dan berkepanjangan. (Koampa et al., 2015)

Stres adalah reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan,ketegangan emosi, dan lain- lain. Seseorang yang mengalami stres dapat dilihat dari perubahan- perubahan yang terjadi pada kondisi fisiknya. Keluhan yang sering

dirasakan pada orang yang mengalami stres adalah pemarah, pemurung, cemas, sedih, pesimis, menangis, mood atau suasana hati sering berubah - ubah, harga diri menurun atau merasa tidak aman, mudah tersinggung, mudah menyerah pada orang dan mempunyai sikap bermusuhan, mimpi buruk, serta mengalami gangguan konsentrasi dan daya ingat (Hidaayah, 2013)

Kemandirian sangat penting dalam memenuhi kebutuhan dasar manusia. Dengan pemikiran para lansia, diakui sebagai individu yang mempunyai karakteristik yang unik. Kemandirian pada lanjut usia dapat di nilai dari kemampuannya dalam melakukan aktivitas kesehariannya atau yang sering disebut dengan *Activity of daily living* (ADL), sehingga meminimalkan morbiditas para lanjut usia. Salah satu ukuran penting pada morbiditas adalah kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari, seperti mandi, berpakaian, toileting, dan makan. Ketika tidak dapat melakukan *self-care*, maka akan menjadi tergantung dengan bantuan. Begitupula pada usia lanjut akan mengalami stres sebagai suatu keadaan seseorang tidak mampu memberi respon yang tepat dan wajar. (Sari & Sani Utami, 2015)

Perubahan fisik yang terjadi pada lansia tentunya akan mempengaruhi kemandirian lansia. Kemandirian adalah kebebasan untuk bertindak, tidak bergantung pada orang lain, dan bebas mengatur diri sendiri atau aktivitas seseorang baik individu maupun kelompok dari berbagai kesehatan atau penyakit (Rohaedi, Putri, & Kharimah, 2016). Kemandirian pada lansia sangat penting untuk merawat dirinya sendiri dalam memenuhi kebutuhan dasar manusia. Meskipun sulit bagi anggota yang lebih mudah untuk menerima orang tua melakukan aktivitas sehari-hari secara lengkap dan lambat. Dengan pemikiran dan caranya sendiri lansia diakui sebagai individu yang mempunyai karakteristik yang unik oleh sebab itu yang unik itu perawat membutuhkan pengetahuan untuk memahami kemampuan lansia untuk berfikir, berpendapat dan mengambil keputusan untuk meningkatkan kesehatannya. (Pravita Sari, 2013)

Hal ini juga tidak sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Koampa (2015) di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat membuktikan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kemandirian pada lanjut usia di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat. (Koampa et al., 2015)

Menurut peneliti bahwa mengapa tingkat stress sedang lebih tinggi tingkat kemandiriannya dibanding dengan tingkat stres ringan karna peneliti melihat bahwa lansia dengan umur 72-78 mulai terjadi penurunan aktifitas dan membutuhkan bantuan dari orang lain.

Dari hasil data penelitian yang di peroleh di lapangan di temukan bahwa stres ringan berjumlah 17 responden (53,1%) dan yang mengalami tingkat kemandirian responden yang tergantung berjumlah 4 (12,5%) yang lebih tinggi responden yang tingkat kemandiriannya tergantung di banding stres sedang yang berjumlah 15 responden (46,9%) yang tingkat kemandiriannya tergantung berjumlah 0 (0,0%), Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti melihat ada beberapa faktor yang membuat tingkat kemandirian lansia yang tergantung yaitu salah satunya faktor usia, usia yang dimaksud adalah lansia yang usianya rentan terkena penyakit yang umumnya dialami pada lansia, misalnya penyakit (arthritis rematoid, hipertensi) sehingga terjadi penurunan aktivitas dan membutuhkan bantuan dari orang lain, di banding dengan tingkat stres sedang data yang di peroleh peneliti tingkat kemandiriannya yang mandiri lebih tinggi yaitu 15 responden (46,9%) hal ini terkait dengan pekerjaan yang lansia lakukan seperti memiliki usaha dan tinggal berbeda tempat dengan anak-anaknya sehingga terbiasa melakukan aktivitas sendiri.

Salah satu yang mempengaruhi tingkat kemandirian lansia adalah faktor kesehatan fisik jadi walaupun responden tersebut stres tapi sehat secara fisik, tetap mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik dan lansia mampu mengesampingkan masalah yang di hadapinya karna menurut peneliti perubahan fisik sebagian besar perubahan fisik pada usia lanjut terjadi kearah yang memburuk, proses dan kecepatannya sangat berbeda untuk masing-masing individu. Perubahan fisik pada lansia ini meliputi: perubahan penampilan, perubahan bagian dalam tubuh, perubahan fungsi fisiologi, panca indra dan perubahan

seksual. Perubahan kemampuan motorik Usia lanjut pada umumnya mereka menjadi lebih lambat dan koordinasi gerakan kurang begitu baik dibanding dengan masa mudanya.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa Tidak ada hubungan tingkat stres dengan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada lansia di wilayah kerja puskesmas antang kota makassar hal ini di dasarkan pada hasil uji statistik *fisher's exact test* yang di peroleh nilai $p=0,104$ atau $p>0,05$ dengan demikian maka H_a ditolak dan H_o di terima.

Daftar Pustaka

- Adrianisah, M. N., & Septiningsih, D. S. (2013). Penelitian tentang successful aging (studi tentang lanjut usia yang anak dan keluarganya tinggal bersama). *Psycho Idea*, 11(1).
- Anugrah, A. K. (2018). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Tingkat Stres Pada Lansia Di Balai PSTW Unit Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta.
- Hidaayah, N. (2013). Stress pada lansia menjadi faktor penyebab dan akibat terjadinya penyakit. *Journal of Health Sciences*, 6(2).
- Hidayat, A. (2014). Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data.
- Kementerian Kesehatan, R. (2017). Profil kesehatan indonesia. *Makassar: Kementerian Kesehatan RI*.
- Koampa, M. M., Bidjuni, H., & Onibala, F. (2015). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan kemandirian Pada Orang Tualanjut Usia Di Desatombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat. *JURNAL KEPERAWATAN*, 3(2).
- Maramis, R. (2016). Kebermaknaan hidup dan kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia di panti Werdha Samarinda. *eJournal Psikologi*, 4 (3). *Diunduh dari* <http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site>.
- Pravita Sari, A. A. (2013). *Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia di Dusun Blimbing Desa Sukorejo Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo*. universitas muhammadiyah ponorogo.
- Puskesmas Antang. (2019). Profil Puskesmas Antang Perumnas. Makassar.
- Rohaedi, S., Putri, S. T., & Kharimah, A. D. (2016). Tingkat kemandirian lansia dalam activities daily living di panti sosial tresna werdha senja rawi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 2(1), 16-21.
- Sari, N. P. A. R., & Sani Utami, P. A. (2015). Pengaruh senam otak terhadap tingkat stres lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Singaraja. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 2(1), 30-35.
- Selo, J., Candrawati, E., & Putri, R. M. (2017). Perbedaan Tingkat Stres pada Lansia di Dalam dan di Luar Panti Werdha Pangesti Lawang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
- WHO. (2015). *World health statistics 2015*: World Health Organization.