

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, A. (2018). Permasalahan Yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 91. <https://doi.org/10.29240/jbk.v2i2.462>
- Agustina, C. I. (2021). Upaya mengatasi gangguan pola tidur pada lansia dengan terapi musik. *Jurnal Keperawatan HKBP Balige*, 2(2), 29–34. <https://ojs.akperhkbpbalige.ac.id/index.php/jkh/article/view/38>
- Alivian, G. N., Awaludin, S., & Rahayu, E. (2020). Gambaran Mendengarkan Murottal dan Do'a Terhadap Penurunan Kecemasan dan Gangguan Pola Tidur Pada Lansia. *Journal of Bionursing*, 2(3), 179–183. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.3.76>
- Almuta'ali, L. T. (2023). *Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Osteoporosis Di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jombang*. Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Insan Cendikia Medika Jombang.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Ardini, F., & Jannah, M. (2017). Pengaruh pelatihan teknik relaksasi pernafasan dalam terhadap competitive state anxiety pada atlet UKM bulu tangkis Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 04(2), 6–10.
- Arisandi, Y. (2023). *Buku Keperawatan Gerontik*. NEM. <https://books.google.co.id/books?id=-m-9EAAQBAJ>
- Asda, P., Anida, A., & Sholihah, A. Y. (2023). Teknik Relaksasi Nafas Dalam Efektif Menurunkan Tingkat Stres pada Lansia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 16(2), 277–286. <https://doi.org/10.33992/jgk.v16i2.3075>
- Ayudytha, U. A., Hamid, A., & Waruwu, A. (2021). Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Kecemasan Lansia pada Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 10(2), 353–358. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i2.159>
- Bagus, I., & Ardhani, I. (2020). Hubungan tingkat kecemasan terhadap aktivitas sehari-hari pada lansia di Panti Werdha Wana Seraya , Denpasar - Bali. *E-Journal Medika*, 7(1), 37–42.
- Cahyadi, A., Mufidah, W., Susilowati, T., Susanti, H., & Dwi Anggraini, W. (2022). Menjaga Kesehatan Fisik Dan Mental Lanjut Usia Melalui Program Posyandu Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Uhum*, 1(1), 52–60. <https://doi.org/10.32492/dimas.v1i1.568>

- Erfiyanti, E., Cahyati, T. N., Putri, R. W., Noveli, A. T., Aldellisa, L., & Hikmah, S. (2023). Analisis Loneliness pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 25(2), 167. <https://doi.org/10.26623/jdsb.v25i3.7129>
- Fazillah, A., Nurhasanah, N., & Febriana, D. (2024). Penilaian Tingkat Kecemasan pada Lanjut Usia dengan Arthritis di Kota Banda Aceh. *Holistic Nursing and Health Science*, 7(1), 40–47. <https://doi.org/10.14710/hnhs.7.1.2024.40-47>
- Ginting, A., Pakpahan, R. E., & Simanjutak, M. A. (2024). Hubungan persepsi tentang kematian dan tingkat kecemasan pada Lansia di desa. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 253–259.
- Halimah, N., Andas, A. M., & Fauji, A. (2023). Studi Kasus: Penerapan Inhalasi Aromaterapi Lavender Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 9(1), 48–54. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v9i1.1199>
- Hapsari, D. P., Rosdiana, I., & Hastuti, R. W. (2023). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dan Derajat Insomnia Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 294.
- Hariyadi, N., & Priambodo, G. (2023). *Hubungan Defisit Neurologi Dengan Kecemasan Pasien Cidera Tulang Belakang Di Rs Ortopedi Prof Dr R Soeharso Surakarta. 05.* <http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/4279/1/NAS PUB NUR HARIYADI.pdf>
- Herawati, N., & Deharnita, D. (2019). Hubungan karakteristik dengan kejadian depresi pada lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 183. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.185-192>
- Hidayati, N., Febriana, D., & Khairani. (2021). Instrumen Untuk Mengukur Kecemasan Pada Lansia. *Idea Nursing Journal*, XII(3), 70–81. <https://www.wpspublish.com/amas-adult->
- Hikmah, N., Yuliadarwati, N. M., Utami, K. P., Multazam, A., & Irawan, D. S. (2021). Optimalisasi Latihan Relaksasi Otot Progresif Berpengaruh terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Lansia pada Masa Pembatasan Sosial Bersekala Besar di Posyandu Lansia. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 3(1), 30–33. <https://doi.org/10.22219/physiohs.v3i1.17159>
- Imam, B., & Leni, W. (2022). Pengaruh terapi relaksasi tarik nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi. *Jurnal Medika Usada*, 5(2), 51–57.
- Iqbal, Muhammad, E. (2024). *Hubungan Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Jompo X Malang.* [https://eprints.umm.ac.id/13427/2/BAB 1.pdf](https://eprints.umm.ac.id/13427/2/BAB%201.pdf)
- Kemenkes RI. (2022). *Kesehatan Jiwa Pada Lanjut Usia.* <https://www.kemkes.go.id/article/view/22062000002/kesehatan-jiwa-pada->

lansia.html

- Lesmana Wati, N., Sandiana, A., & Kartikasari, R. (2020). Tingkat Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan*, 3(1), 50–55. <https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2174672>
- Maharani, A., & Safaria, T. (2023). Efektivitas Intervensi Berbasis Logoterapi untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia Pengidap Diabetes Melitus. *Psyche Journal*, 16(3), 195–203. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i3.271>
- Maimun, N., Febriani, F., Maharani, W., & Sagita, S. O. (2024). Efektivitas Terapi Warna terhadap Penurunan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Edu Sociata (Jurnal Pendidikan Sosiologi)*, 7(1), 443–450. <https://doi.org/10.33627/es.v7i1.2072>
- Mawardika, T., Rahmawati, I. N., & Kurniawati, W. (2020). Relaksasi pernafasan dan dzikir menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil HIV positif: Literature review. *NURSCOPE: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 6(2), 101. <https://doi.org/10.30659/nurscope.6.2.101-108>
- Mugi, L. M., Wirakhmi, N. I., & Triana, Y. N. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 7(2), 1–7.
- Nasuha, Widodo, D., & Widiani, E. (2016). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas dalam Terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia di Posyandu Lansia RW IV Dusun Dempok Desa Gading Kembar kecamatan Jabung Kabupaten Malang. *Jurnal Nursing News*, 1(2), 53–62.
- Ningrum, D. W. S., Ayubbana, S., & Inayati, A. (2021). Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan Pasien Praoperasi Di Ruang Bedah Rsud Jend. Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2, 529–534.
- Noorrahkman, Y., & Pratikto, H. (2022). Relaksasi nafas dalam (deep breathing) untuk menurunkan kecemasan pada lansia. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(4), 215–222.
- Nurahma, A. G., & Hendriani, W. (2021). Tinjauan sistematis studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Mediapsi*, 7(2), 119–129. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.02.4>
- Nurani, N. G., Desi, D., & Suwartiningsih, S. (2023). Adaptasi Lansia Dalam Memenuhi Tugas Perkembangan Psikososial. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(1), 43–48. <https://doi.org/10.30651/jkm.v8i1.15982>
- Persada, I. B. (2021). *Berbagai Gangguan Kecemasan Yang Mungkin Dialami Lansia*. <https://www.klikdokter.com/info-sehat/kesehatan-lansia/berbagai-gangguan-kecemasan-yang-mungkin-dialami-lansia>

- PPNI. (2021). *Pedoman Standar Prosedur Operasional* (Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.
- Praptomo, A. D., Winta, M. V. I., Maria, M., & Pratiwi, S. (2024). *Pendekatan Terapi Psikologi Dan Nonfarmakologi Kecemasan Dan Stres Pada Lansia : Literature Review*. 5(September), 8297–8306.
- Pratiwi, S. D., Novita, A., & Daeli, W. (2024). Analisis Penyebab Stres Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Tahun 2023. *Vitamin: Journal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(2), 264–280. <https://doi.org/10.61132/vitamin.v2i2.351>
- Puslitbangkes. (2020). *Gangguan Psikologis Pada Lansia Di Indonesia*. <https://puslitbangkes.kemkes.go.id/view/2020/10/gangguan-psikologis-pada-lansia.html>
- Putri, M., Ningsih, R., & Bachri, Y. (2021). Penyuluhan Kesehatan Dan Terapi Generalis (Teknik Relaksasi) Mengurangi Kecemasan Pada Masyarakat Terhadap Covid-19. *Jurnal Salingka Abdimas*, 1(1), 22–25. <https://doi.org/10.31869/jsam.v1i1.2821>
- Rizki, A., Permatasari, R. E., Raniah, N., Dahlan, Z., Rafika, N., & Balgies, S. (2023). Efektifitas Relaksasi Pernafasan Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(2), 292–299.
- Rohmawati, N., Asdie, H. A., & Susetyowati. (2015). *Tingkat Kecemasan Asupan Makan dan Status Gizi Pada Lansia di Kota Yogyakarta*. 12.
- Rudiyanto, Asmayanti, E. ., Balqis, R. ., & Sari, Y. A. . (2022). *Spiritualitas dan Kecemasan Pada Lansia Yang Tidak Mempunyai Pasangan Hidup*. 6(2), 76–84.
- Sahar, R. (2016). *Efektivitas Relaksasi Benson Dan Nafas Dalam Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Lansia Di PSTW Gau Mabaji Gowa*.
- Sari, R. N., & Suwanti. (2023). Pengaruh Terapi Musik Gamelan Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 265–273.
- Sarmini, & Amelia, C. (2019). Hubungan Interaksi Sosial dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Jompo Rumah Bahagia Kabupaten Bintan. *Zona Kebidanan*, 9(3), 78–85. <http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonabidan/article/view/595/515>
- Sonza, T., Badri, I. A., & Erda, R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian Activities of Daily Living Pada Lansia. *Human Care Journal*, 5(3), 688. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i3.818>
- Suryani, A. (2016). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 87–96.

<https://journal.ukmc.ac.id/index.php/joh/article/download/199/192>

- Tiara, M. (2023). *Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan General Anestesi Di Rsud Kota Salatiga*.
- Toussaint, L., Nguyen, Q. A., Roettger, C., Dixon, K., Offenbächer, M., Kohls, N., Hirsch, J., & Sirois, F. (2021). Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation, Deep Breathing, and Guided Imagery in Promoting Psychological and Physiological States of Relaxation. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2021. <https://doi.org/10.1155/2021/5924040>
- Tuwu, D., & La Tarifu. (2023). Implementasi Program Posyandu Lansia Untuk Menjaga Kesehatan Lanjut Usia. *Journal Publicuho*, 6(1), 20–29. <https://doi.org/10.35817/publicuho.v6i1.72>
- Umamah, F., & Mufarrihah, N. (2018). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Utami, L. T., & Silvitasari, I. (2022). Tingkat Kecemasan Berhubungan Tingkat Kemandirian Lansia Di Posyandu Mawar X Pajang Laweyan. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 6(3), 144–152. <https://doi.org/10.33366/nn.v6i3.2521>
- Warsini, W., & Aminingsih, S. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia. *KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 85–92. <https://doi.org/10.37831/kjik.v9i2.214>
- WHO. (2021). *Mental Health Of Older Adults*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
- Yani, S. (2018). Hubungan Status Mental Dengan Tingkat Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari Pada Lansia Di Bpplu Tresna Werdha. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 1(2), 9–16. <https://doi.org/10.51851/jrmk.v1i2.12>