

PERBEDAAN SKOR DEPRESI PADA LANSIA YANG TINGGAL DI PANTI WERDHA DAN YANG TINGGAL DI RUMAH BERSAMA KELUARGA

Hasni¹, Solemina Hilapok²

¹ Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Graha Edukasi Makassar, Indonesia

² Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Graha Edukasi Makassar, Indonesia

E-mail: hasni071080@gmail.com

ABSTRAK

Menua (menjadi tua) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Perbedaan Skor Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Dan Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga. Jenis penelitian ini adalah *Survei Analitik*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia di Panti Werdha Dan Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia sebanyak 49 responden. Data yang diperoleh dalam penelitian ini diolah menggunakan uji statistik *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan dan ada Perbedaan Skor Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Dan Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga dapat dibuktikan dengan nilai $p = 0,0071$. Ini menunjukkan bahwa nilai $p < \alpha = 0,05$. Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dan Perbedaan Skor Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Dan Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga. Diharapkan kepada lansia lebih mandiri dalam setiap tindakan atau kegiatan agar lansia dapat memiliki kualitas hidup yang lebih baik..

Kata Kunci : Depresi, Lansia

ABSTRACT

Aging (growing old) is a process of gradual disappearance of the tissue's ability to repair itself or replace and maintain its normal function so that it cannot withstand infection and repair the damage suffered. The aim of this study was to determine the difference in depression scores between elderly people living in nursing homes and those living at home with their families. This type of research is Analytical Survey. The population in this study were all elderly people in nursing homes and those living at home with their families. The sample in this study was 49 elderly respondents. The data obtained in this research was processed using the Chi-square statistical test. The results of the research show that there is a relationship and difference in depression scores between elderly people who live in nursing homes and those who live at home with their families, which can be proven by the p value = 0.0071. This shows that the p value < $\alpha = 0.05$. From the results of this research, it can be concluded that there is a relationship and difference in depression scores between elderly people who live in nursing homes and those who live at home with their families. It is hoped that the elderly will be more independent in every action or activity so that the elderly can have a better quality of life.

Keywords: Depression, Elderly

PENDAHULUAN

Depresi adalah masalah medis yang serius dengan melibatkan gejala-gejala yang berkaitan dengan mood, kognitif dan gejala fisik. Gejala-gejala yang berkaitan dengan mood yaitu merasa depresi, sedih, atau mood irritable; kehilangan minat pada aktivitas sehari-hari. Depresi berdampak sangat buruk pada Depresi berdampak sangat buruk pada seseorang. Karenanya jika depresi tidak diobati akan menyebabkan meningkatnya penggunaan fasilitas kesehatan dan medis, memberikan pengaruh yang negatif pada kualitas hidup seseorang terutama lansia serta akibat paling buruknya adalah kematian (Smoliner, et al, 2009).

Selanjutnya orang lanjut usia dalam artikel ini akan disebut dengan lansia. Propinsi Jawa Timur pada tahun 2008 merupakan propinsi dengan peringkat kedua terbanyak di Indonesia yang jumlah lansianya yaitu 3,2 juta jiwa di Sulawesi selatan. Hasil penelitian Idris (2006) menunjukkan bahwa, faktor *support system* keluarga merupakan faktor yang dapat menentukan tingkat stres psikososial lansia dimana semakin tinggi *support system* keluarga maka semakin kecil tingkat stres psikososial yang dialami lansia. Hasil penelitian ini juga menyebutkan bahwa, faktor perasaan terbuang dapat meningkatkan stres psikososial lansia dimana dengan dititipkannya mereka dipanti mereka merasa terbuang dari keluarganya.

Proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, biologis, sosial ekonomi maupun mental. Masalah mental dan emosional sama halnya dengan masalah fisik yang dapat mengubah perilaku lansia. Masalah mental yang sering dijumpai pada lansia adalah stres, depresi, dan kecemasan. (Stanley & Beare, 2006).

Dalam perkembangannya manusia pada akhirnya akan mengalami proses kelahiran dan kematian, dalam hal ini manusia tidak akan lepas dari yang namanya penuaan. Proses penuaan merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dicegah dan merupakan hal yang wajar dialami oleh orang yang diberi karunia umur panjang, dimana semua orang berharap akan menjalani hidup dengan tenang, damai, serta menikmati masa pensiun bersama anak dan cucu tercinta dengan penuh kasih sayang, mental maupun sosial ekonomi. Disinilah pentingnya dimana panti werdha sebagai tempat untuk pemeliharaan dan perawatan bagi lansia, di samping sebagai *long stay rehabilitation* yang tetap memelihara kehidupan bermasyarakat (Nenk, 2010).

Menurut penelitian, Elvira (2006) menyebutkan bahwa, tempat tinggal memiliki pengaruh dan peranan penting terhadap kualitas kehidupan lansia. Lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga secara fisik, psikologis, dan kepuasannya terhadap lingkungan lebih tinggi dari pada lansia yang tinggal di panti werdha. Keadaan ini dikarenakan lansia memiliki keterikatan dengan rumahnya, sehingga lansia merasa

memiliki kontrol, rasa aman, memiliki identitas diri, konsep diri, *self esteem*, dan perasaan yang positif. Lansia yang harus pindah ke tempat tinggal yang baru seperti panti werdha, terdapat kemungkinan munculnya kesulitan beradaptasi sehingga mereka merasa stres, kehilangan kontrol atas hidupnya, dan kehilangan identitas diri yang secara tidak langsung akan berpengaruh terhadap kualitas kehidupannya.

WHO mendorong manajemen depresi yang holistik, mencakup aspek psikososial, identifikasi faktor stres (seperti masalah keuangan, kesulitan dalam kerja atau kekerasan mental/fisik), dan sumber dukungan atau kelompok pendukung (keluarga maupun *peer-group/teman*). Satu hal yang penting dalam penanganan kasus depresi, menurut WHO, adalah pengelolaan jejaring dan aktivitas sosial si penderita depresi. Penderita depresi wajib didekatkan kembali kepada lingkungan sesamanya.

Menurut Dinas Kependudukan Amerika Serikat, jumlah populasi lansia berusia 60 tahun atau lebih diperkirakan hampir mencapai 600 juta orang dan di proyeksikan menjadi 2 miliar pada tahun 2050, pada saat itu lansia akan melebihi jumlah populasi anak (0-14 tahun). Di Indonesia di proyeksikan sebesar 7,28% dan pada tahun 2020 menjadi besar 11,34% berjumlah 28.822.879 jiwa (Padila, 2013).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Penduduk lansia (Indonesia pada tahun 2014 sebanyak 13.729.992 jiwa (8,5%) dan pada tahun 2020 diperkirakan akan meningkat menjadi 10,0%. Di Indonesia terdapat 11 provinsi dari seluruh provinsi di Indonesia dengan persentase lansia lebih dari 7%, diantaranya adalah Sulawesi Selatan (8,8%) dan di perkirakan akan meningkat menjadi 9,8% pada tahun 2020 serta mengalami *momen aging* pada tahun 2021 (Dinkes Provinsi Sulsel 2014).

Hasil survey BPS, Statistik Sosial dan Ekonomi Rumah Tangga Sulawesi Selatan (2010) pada tahun 2014 diperkirakan jumlah total lansia di Sulawesi Selatan adalah 721.353 jiwa (9,19% dari total jumlah penduduk Sulawesi Selatan). Lansia terbanyak terdapat di Kabupaten Bone, kemudian kota Makassar berada pada urutan kedua dan Kabupaten Gowa merupakan urutan ketiga dengan jumlah lansia sebanyak 49.030 jiwa (Dinkes Provinsi Sulsel 2014).

Berdasarkan data awal yang di ambil dari Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa (PSTW Gau Mabaji) dan lansia yang tinggal bersama keluarga pada tahun 2018 terdapat sebanyak 96 orang lansia terdiri dari laki-laki 40 orang dan perempuan 56 orang yang tinggal di Asrama Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa (PSTW Gau Mabaji) serta PSTW Gau Mabaji membina Lansia yang berada disekitar PSTW Gau Mabaji dan diberikan kewenangan untuk tinggal bersama keluarga namun memiliki kegiatan yang disebut *one day care* yang dilaksanakan sekali sepekan di PSTW Gau Mabaji, sebanyak 35 Lansia yang menjadi anggota *day care service* (PSTW Gau Mabaji, 2018).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka peneliti tertarik meneliti dengan judul "Perbedaan Skor depresi pada lansia yang tinggal

dipanti werda dan yang tinggal di rumah bersama keluarga”

METODE

Penelitian dilaksanakan Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Sentra Gau Mabaji Di Kab. Gowa pada tanggal 25 Maret – 25 April 2023. Populasi pada penelitian ini adalah lansia yang tinggal di panti werdha. Sampel pada penelitian ini berjumlah 46 orang. Pemilihan sampel pada penelitian ini berdasarkan *purposeve sampling*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan tabel 5.2 di ketahui 66-75 Tahun adalah yang paling sedikit yaitu 11 responden (23,9%), dan sedangkan yang paling banyak adalah 66-75 Tahun sebanyak 23 responden (50,0%).

Tabel 5.2.

Data karakteristik menurut Umur Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Gau Mabaji Gowa

Umur	n	%
56-65 Tahun	12	26,1
66-75 Tahun	23	50,0
> 76 Tahun	11	23,9
Total	46	100,0

Berdasarkan tabel 5.3 di ketahui bahwa jenis kelamin laki-laki sebanyak 17 responden (37,0%), dan sedangkan jenis kelamin perempuan sebanyak 29 responden (63,0%).

Tabel 5.3.

Data karakteristik menurut jenis kelamin Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga

Jenis Kelamin	n	%
Laki-Laki	17	37,0
Perempuan	29	63,0
Total	46	100,0

Berdasarkan tabel 5.4 di ketahui 56-65 Tahun adalah yang paling sedikit yaitu 10 responden (21,7%), dan sedangkan yang paling banyak adalah 66-75 Tahun sebanyak 21 responden (45,7%).

Tabel 5.4.

Data karakteristik menurut Umur Lansia Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga

Umur	n	%
56-65 Tahun	10	21,7
66-75 Tahun	15	32,6
> 76 Tahun	21	45,7
Total	46	100,0

Berdasarkan tabel 5.9 dapat diketahui bahwa dari 46 responden (100%), di dapat responden yang depresi lansia ringan dengan kejadian depresi lansia ringan sebanyak 22 responden (84,6%), sedangkan responden yang depresi lansia ringan dengan kejadian depresi lansia sedang sebanyak 4 responden (15,4%). Dan responden yang depresi lansia sedang dengan kejadian

depresi lansia ringan yaitu 6 (30,0%), sedangkan responden yang depresi lansia sedang dengan kejadian depresi lansia sedang sebanyak 14 responden (70,0%). Berdasarkan hasil uji chi-square maka di peroleh nilai $p=0,000$ dengan menunjukkan $p < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara depresi lansia terhadap kejadian depresi lansia yang tinggal di panti werdha Gau Mabaji Gowa.

Tabel 5.9.

Distribusi responden menurut Depresi Lansia terhadap kejadian depresi lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Gau Mabaji Gowa

Depresi Lansia	Kejadian Depresi Lansia				Jumlah		p Value
	Ringan		Sedang		n	%	
	n	%	n	%			
Ringan	22	84,6	4	15,4	26	100	0,000
Sedang	6	30,0	14	70,0	20	100	
Jumlah	28	60,9	18	39,1	46	100	

Berdasarkan tabel 5.10 dapat diketahui bahwa dari 46 responden (100%), di dapat responden yang memiliki depresi lansia ringan dengan kejadian depresi lansia ringan yaitu 22 responden (81,5%), sedangkan responden yang depresi lansia ringan dengan kejadian depresi lansia sedang yaitu 5 responden (18,5%). Dan responden yang memiliki depresi lansia sedang dengan kejadian depresi lansia ringan yaitu 7 (47,8%), sedangkan responden yang memiliki depresi lansia sedang dengan kejadian depresi lansia sedang sebanyak 12 responden (63,2%).

Berdasarkan hasil uji chi-square maka di peroleh nilai $p=0,002$ dengan menunjukkan $p < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara depresi lansia terhadap kejadian depresi lansia di rumah bersama keluarga.

Tabel 5.10.

Distribusi responden menurut Depresi Lansia terhadap kejadian depresi lansia Di Rumah Bersama Keluarga

Dukungan Keluarga	Kejadian Depresi Lansia				Jumlah		p Value
	Ringan		Sedang				
	n	%	n	%	n	%	
Ringan	22	81,5	5	18,5	27	100	0,001
Sedang	7	47,8	12	63,2	19	100	
Jumlah	29	63,0	17	37,0	46	100	

PEMBAHASAN

Gambaran Skor Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kejadian depresi lansia ringan yaitu 28 responden (60,9%). Hal ini karena merasa puas akan lansia selalu mendapatkan informasi atau tindakan dalam keterampilan dalam meperdayakan lansia, di bantu kebutuhan sehari-hari, adanya kepedulian kepada lansia, adanya dukungan untuk berbuat baik di panti, dan adanya dukungan keluarga dalam setiap kegiatan lansia.

Sedangkan kejadian depresi lansia sedang sebanyak 18 responden (39,1%). Hal ini karena kurang dukungan dari keluarga dalam membantu dalam kegiatan lansia, kurangnya keluarga mengunjungi lansia, kurang keluarga mengirimkan lansia uang, kurangnya perhatian keluarga terhadap lansia, dan kurangnya arahan keluarga atau nasehat keluarga terhadap lansia.

Gambaran Skor Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Dirumah Bersama Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kejadian depresi lansia ringan yaitu 29 responden (63,0%). Hal ini karena lansia mendapatkan informasi dan keterampilan lansia dalam bekerja, adanya bantuan kebutuhan sehari-hari dari keluarga, keluarga peduli dengan apa yang dilakukan lansia, di ajarkan untuk berbuat baik bersama keluarga, di bantu dalam menghadapi masalah, selalu di perhatikan mengenai pakaian untuk lansia, dan selalu di berikan dorongan dalam setiap kegiatan lansia.

Sedangkan kejadian depresi lansia sedang sebanyak 17 responden (37,0%). Hal ini karena lansia kurang di perhatikan dalam pakaian, kurangnya dorongan dari keluarga dalam setiap kegiatan, kurangnya dalam membantu memecahkan masalah lansia, keluarga kurang memahami mengenai keadaan lansia dan kurangnya keluarga dalam memahami lansia

Perbedaan Skor Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa Dan Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga

1. Hubungan Depresi Lansia Terhadap Kejadian Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa

Responden yang depresi lansia sedang dengan kejadian depresi lansia ringan yaitu 6 (30,0%). Hal ini karena lansia memiliki kepribadian yang baik dalam memandang hidup sehingga lansia merasa puas dengan kehidupannya di panti, merasa memiliki harapan pada masa depan, bersemangat setiap waktu, merasa bahagia pada sebagian besar waktu, merasakan bahwa kehidupan ini sangat menyenangkan /menarik, senang bangun di pagi hari, memiliki energi maksimal (penuh semangat) dan memiliki pikiran yang jernih dalam setiap tindakan walaupun kurang adanya dorongan dari keluarga yang sangat membangun dalam kegiatan lansia hal ini lah yang membuat lansia tetap memiliki kejadian depresi yang ringan walaupun kurang bantuan dan dorongan dari keluarga.

Sedangkan responden yang depresi lansia sedang dengan kejadian depresi lansia sedang sebanyak 14 responden (70,0%). Hal ini karena lansia kurang di perhatikan dalam pakaian, kurangnya dorongan dari keluarga dalam setiap kegiatan, kurangnya dalam membantu memecahkan masalah lansia, keluarga kurang memahami mengenai keadaan lansia dan kurangnya keluarga dalam memahami lansia sehingga lansia lebih memilih didalam rumah daripada berjalan-jalan ke luar dan melakukan

sesuatu yang baru, merasa mempunyai banyak masalah dengan daya ingat anda dibandingkan kebanyakan orang, merasa murung dan sedih, memiliki kesulitan atau merasa berat untuk memulai hal yang baru, sering kali kesal pada hal-hal sepele, memiliki kesulitan dalam berkonsentrasi, takut tentang sesuatu yang buruk yang akan menimpa dan lansia senantiasa bosan walaupun selalu di kunjungi oleh keluarga sehingga lansia yang mengalami depresi sedang tetap mengalami kejadian depresi sedang.

Berdasarkan hasil uji chi-square maka di peroleh nilai $p = 0,000$ dengan menunjukkan $p < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara depresi lansia terhadap kejadian depresi lansia yang tinggal di panti werdha Gau Mabaji Gowa.

Hasil penelien ini sejalan dengan teori bahwa Depresi adalah suatu masa terganggunya fungsi dalam diri manusia yang berkaitan dengan alam perasaan yang sedih serta gejala yang menyertainya, termasuk perubahan pada pola tidur, perubahan nafsu makan, perubahan psikomotor, sulit berkonsentrasi, merasa tidak bahagia, sering merasa kelelahan, sering timbul rasa putus asa, merasa tidak berdaya, serta keinginan bunuh diri (Kaplan dan Saddock, 2007).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Sutrianto 2016) bahwa berdasarkan hasil uji statistik dengan uji *fisher* didapatkan nilai p *valur* 0,04 yangmana $0,04 < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur lanjut usia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kubu Raya.

Menurut asumsi peneliti depresi terhadap kejadian depresi lansia yang tinggal di panti werdha merupakan kejadian depresi yang di dapatkan karena kurangnya dorongan dan dukungan dari keluarga di rumah hanya da dorongan di panti selama tinggal yang mampu mendorong lansia tetap merasa bermanfaat selam hidup.

2. Hubungan Depresi Lansia Terhadap Kejadian Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga

Responden yang memiliki depresi lansia sedang dengan kejadian depresi lansia ringan yaitu 7 (47,8%). Hal ini karena lansia memiliki kepribadian yang baik dalam memandang hidup sehingga lansia merasa puas dengan kehidupannya di rumah, merasa memiliki harapan pada masa depan, bersemangat setiap waktu, merasa bahagia pada sebagian besar waktu, merasakan bahwa kehidupan ini sangat menyenangkan /menarik, senang bangun di pagi hari, memiliki energi maksimal (penuh semangat) dan memiliki pikiran yang jernih dalam setiap tindakan walaupun kurang adanya dorongan dari keluarga yang sangat membangun dalam kegiatan lansia hal ini lah yang membuat lansia tetap

memiliki kejadian depresi yang ringan walaupun kurang bantuan dan dorongan dari keluarga.

Sedangkan responden yang memiliki depresi lansia sedang dengan kejadian depresi lansia sedang sebanyak 12 responden (63,2%). Hal ini karena lansia kurang di perhatikan dalam pakaian, kurangnya dorongan dari keluarga dalam setiap kegiatan, kurangnya dalam membantu memecahkan masalah lansia, keluarga kurang memahami mengenai keadaan lansia dan kurangnya keluarga dalam memahami lansia sehingga lansia lebih memilih didalam rumah daripada berjalan-jalan ke luar dan melakukan sesuatu yang baru, merasa mempunyai banyak masalah dengan daya ingat anda dibandingkan kebanyakan orang, merasa murung dan sedih, memiliki kesulitan atau merasa berat untuk memulai hal yang baru, sering kali kesal pada hal-hal sepele, memiliki kesulitan dalam berkonsentrasi, takut tentang sesuatu yang buruk yang akan menimpa dan lansia senantiasa bosan dengan keadaanya.

Berdasarkan hasil uji chi-square maka di peroleh nilai $p = 0,002$ dengan menunjukkan $p < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara depresi lansia terhadap kejadian depresi lansia di rumah bersama keluarga.

Hasil penelien ini sejalan dengan teori bahwa Depresi adalah suatu masa terganggunya fungsi dalam diri manusia yang berkaitan dengan alam perasaan yang sedih serta gejala yang menyertainya, termasuk perubahan pada pola tidur, perubahan nafsu makan, perubahan psikomotor, sulit berkonsentrasi, merasa tidak bahagia, sering merasa kelelahan, sering timbul rasa putus asa, merasa tidak berdaya, serta keinginan bunuh diri (Kaplan dan Saddock, 2007).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Yenie 2015) bahwa diperoleh gambaran kejadian depresi dengan kategori ringan berjumlah 93,5% dan kategori berat terdapat 6,5%. Ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kejadian depresi pada lansia ($p=0,020$).

Menurut asumsi peneliti depresi terhadap kejadian depresi lansia yang tinggal di rumah merupakan dorongan dan bantuan dari keluarga dan panti yang dapat mengembalikan semangat hidup lansia dalam setiap tindakan yang di lakukan lansia setiap hari.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa Dan Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga, maka peneliti menyimpulkan bahwa terdapat Perbedaan Skor Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa Dan Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga.

SARAN

Peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan referensi penelitian selanjutnya untuk di kembangkan dan melihat lebih detail mengenai hal-hal yang dapat menunjang atau membantu lansia dalam meningkatkan kualitas hidupnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanto, Andry dkk. 2020. *Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Pada Lansia*. Jurnal Kesehatan Al-Irsyad (Vol XIII, No.2)
- Kusumo, Prasetyo, mahendro. 2020. *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik*. DIY : The Jurnal Publishing. ISBN 9786 – 2369 – 9204 – 3.
- Efendi, Darma, Adi dkk. 2014. *Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Kejadian Demensia Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember*. eJurnal Pustaka Kesehatan (Vol. 2 No. 2)
- Siregar, P. apriadi; S. F. S. S. F. H. B. G. S. tarigan; S. H. F. S. U. (2020). *Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Asin dan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Medan*. 0–8.
- Kusumo, M. P. (2020). *Buku Lansia*. Yogyakarta: LP3M UMY. <https://lpm.umy.ac.id/wp-content/uploads/2020/11/SK-DAN> (Issue April).
- Kusumo, M. P. (2020). *Buku Lansia*. Lembaga Penelitian, Publikasi, dan Pengabdian. https://www.researchgate.net/profile/Mahendro-PrasetyoKusumo/publication/346019144_BUKU_LANSIA/links/60badd7192851cb13d79959f/BUKU-LANSIA.pdf.
- Sandjaya., & Jacob, D. E. (2018). faktor-faktor kualitas hidup masyarakat Karubaga District Sub District Tolikara Propinsi Papua, *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1,1-16.
- Badan Pusat Statistik. (2018). *Statistik Indonesia 2018*. Badan Pusat Statistik. Badan
- Pusat Statistik. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021*. Badan Pusat Statistik.
- Ariyanto, A., Puspitasari, N. and Utami, D. N. (2020) 'Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Pada Lansia', *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(2), pp. 145– 151.
- Ivanali, K. et al. (2021) 'Hubungan Antara Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia Dengan Tingkat Keseimbangan', *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 21(1), pp. 51–57.
- Shalahuddin, I. (2021). Pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap penurunan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia: literature review. *Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Terhadap Penurunan Tingkat Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia: Literature Review*, 9(1), 153–160.