

PENINGKATAN KEMAMPUAN ADAPTASI LANSIA DENGAN TERAPI KELOMPOK

Mujiadi^{1*}, Nurul Mawaddah², Nurwidji³

^{1,2,3}Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

*email: mujiadi.k3@gmail.com

email : mawaddah.ners@gmail.com

email : nurwidji50@gmail.com

ABSTRACT

Problems that often arise in the elderly are biological, health, psychological and social problems. These conditions can cause difficulties in the ability to adapt to other elderly people. When the elderly are unable to adapt it will cause stress, lose control over their lives, and lose their identity. The changes that occur require adaptation or adjustment to complete the task of development and achievement of self-integrity for the elderly. This service is done as an effort to improve the adaptability of the elderly by using group therapy. The provisions of the elderly who can be involved in group therapy activities are the elderly can participate in all sessions in group therapy and the elderly who do not experience activity limitations because group therapy will be carried out in groups, with the target audience in this activity are all the elderly in Sumbertebu Village, Bangsal District, Regency Mojokerto which is a number of 12 elderly. The method used was prior to group therapy by identifying the adaptive ability of the elderly using a questionnaire. This activity was carried out by visiting the elderly house and the implementation was divided into 2 groups, each group consisting of 6 people. Group therapy activities carried out as many as 4 sessions per group with a duration of 30-45 minutes each session. Assessment of the ability of elderly adaptation is done before and after group therapy by observation. Observations are made using verbal and non verbal communication including themes that can be expressed, communication habits, listening, problem solving processes in groups and body and facial expressions that describe the emotional state of members. The results of the evaluation that all elderly have increased the score of adaptation ability of the elderly both in physical, cognitive, emotional, social and spiritual aspects after participating in group therapy activities for 4 sessions. Furthermore, it is expected as a form of follow-up so that the activity of group therapy continues, it is necessary to empower group therapy as a routine activity carried out in Sumbertebu Village, Bangsal District, Mojokerto Regency.

ABSTRAK

Masalah yang sering muncul pada lansia yaitu masalah biologi, kesehatan, psikis dan sosial. Kondisi tersebut dapat menyebabkan kesulitan dalam kemampuan adaptasi dengan lansia lain. Ketika lansia tidak dapat beradaptasi akan menyebabkan terjadinya stress, kehilangan kontrol atas hidupnya, dan kehilangan identitas diri. Perubahan yang terjadi memerlukan adaptasi atau penyesuaian untuk menyelesaikan tugas perkembangan dan pencapaian integritas diri bagi lansia. Pengabdian ini dilakukan sebagai upaya meningkatkan kemampuan adaptasi pada lansia dengan menggunakan *group therapy*. Ketentuan lansia yang dapat dilibatkan dalam kegiatan terapi kelompok ini adalah lansia dapat mengikuti seluruh sesi dalam terapi kelompok serta lansia yang tidak mengalami keterbatasan aktifitas karena pemberian terapi kelompok akan dilaksanakan secara berkelompok, dengan khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh lansia di Desa Sumbertebu Kecamatan Bangsal Kabupaten Mojokerto yaitu sejumlah 12 lansia. Metode yang digunakan adalah sebelum pemberian terapi kelompok dengan mengidentifikasi kemampuan adaptasi lansia menggunakan kuesioner. Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan kunjungan rumah lansia dan pelaksanaannya dibagi menjadi 2 kelompok, masing-masing kelompok sejumlah 6 orang. Kegiatan terapi kelompok dilakukan sebanyak 4 sesi setiap kelompoknya dengan durasi waktu 30 – 45 menit setiap sesinya. Penilaian kemampuan adaptasi lansia dilakukan sebelum dan setelah pemberian terapi kelompok dengan cara Observasi yang dilakukan menggunakan komunikasi verbal dan non verbal antara lain tema yang bisa diungkapkan, kebiasaan komunikasi, mendengar, proses pemecahan masalah pada kelompok dan ekspresi tubuh dan wajah yang menggambarkan kondisi emosional anggota. Hasil evaluasi bahwa seluruh lansia mengalami peningkatan skor kemampuan adaptasi lansia baik pada aspek fisik, koqnitif, emosional, sosial dan spiritual setelah mengikuti kegiatan terapi kelompok sebanyak 4 sesi. Selanjutnya diharapkan sebagai bentuk tindak lanjut agar kegiatan terapi kelompok tetap berlanjut maka perlu pemberdayaan terapi kelompok sebagai kegiatan yang rutin dilakukan di Desa Sumbertebu Kecamatan Bangsal Kabupaten Mojokerto.

Submission : 21-01-2020

Accepted : 20-03-2020

Kata Kunci :

kemampuan adaptasi,
lansia, terapi kelompok

*Keywords : adaptability,
the elderly, group
therapy*

Pendahuluan:

Masalah yang sering muncul pada lansia yaitu masalah biologi (masalah kulit, gigi, rambut, penglihatan, mudah lelah dan lamban), kesehatan (rentan terhadap penyakit), psikis dan sosial (kesepian, perasaan tidak berguna, kurang percaya diri dan harga diri, lansia sering menyendiri, jarang bergaul dengan teman-temannya (Putra, 2012).

Kondisi tersebut dapat menyebabkan kesulitan dalam kemampuan adaptasi dengan lansia lain maupun di panti werdha. Kemampuan adaptasi adalah proses respon mental dan perilaku individu agar dapat menghadapi tuntutan dalam diri maupun tuntutan dari luar atau lingkungan individu berada. Ketika lansia tidak dapat beradaptasi akan menyebabkan terjadinya stress, kehilangan kontrol atas hidupnya, dan kehilangan identitas diri (Pae, 2017).

Perubahan yang terjadi memerlukan adaptasi atau penyesuaian untuk menyelesaikan tugas perkembangan dan pencapaian integritas diri bagi lansia. Adaptasi atau penyesuaian lansia terhadap perubahan dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang mempengaruhi secara primer dari dalam diri lansia itu sendiri seperti: usia, jenis kelamin, dan motivasi. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor sekunder dari luar diri lansia seperti: pendidikan, dukungan sosial, pekerjaan serta dukungan keluarga. Depresi adalah bentuk kegagalan adaptasi seseorang dan lansia yang adaptasinya baik akan menjadi lansia yang sehat dan minim mengalami gangguan kesehatan (Sugeng, 2016).

Untuk meningkatkan kemampuan adaptasi pada lansia dapat menggunakan *group therapy* untuk mencegah terjadinya stress, depresi, kehilangan kontrol atas hidupnya dan kehilangan identitas diri. *Group therapy* adalah terapi psikologi yang dilakukan secara kelompok untuk pemecahan masalah dalam interpersonal (Yosep, 2014).

Semakin bertambahnya umur manusia, terjadi proses penuaan secara degeneratif yang akan berdampak pada perubahan-perubahan pada diri manusia, tidak hanya perubahan fisik, tetapi juga kognitif, perasaan sosial dan seksual.

Perubahan mental yang ketika memasuki masa lansia akan mempengaruhi kesehatan badannya. Sikap hidup, perasaan, dan emosi akan mempengaruhi oleh tipe kepribadian orang tersebut. Seseorang yang kepribadiannya ambisius dan selalu berambisi lebih maju ketika memasuki masa lansia akan cenderung gelisah, mudah stress, dan merasa diremehkan. Sebaliknya jika kepribadian seseorang itu tenang dan mencapai sesuatu dengan usaha yang tidak terburu-buru, orang tersebut tidak meunjukkan perubahan negatif. Bahkan mereka selalu mensyukuri segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya (Dewi, 2014).

Supaya lansia tidak mengalami stress dikarenakan perubahan yang dialaminya, maka diperlukan dukungan baik dari keluarga maupun masyarakat disekitarnya. Sebagian besar hubungan lansia dengan anak jauh kurang memuaskan yang disebabkan oleh berbagai macam hal. Penyebabnya antara lain: kurangnya rasa memiliki kewajiban terhadap orang tua, jauhnya jarak tempat tinggal antara anak dan orang tua. Lansia tidak akan merasa terasing jika antara lansia dengan anak memiliki hubungan yang memuaskan sampai lansia tersebut berusia 50 sampai 55 tahun. Orang tua usia lanjut yang perkawinannya bahagia dan tertarik pada dirinya sendiri maka secara emosional lansia tersebut kurang tergantung pada anaknya dan sebaliknya. Umumnya ketergantungan lansia pada anak dalam hal keuangan. Karena lansia sudah tidak memiliki kemampuan untuk dapat menerima permintaan kebutuhan hidupnya. Anak-anaknya pun tidak semua dapat menerima permintaan atau tanggung jawab yang harus mereka penuhi. Perubahan-perubahan tersebut pada umumnya mengarah pada kemunduran

kesehatan fisik dan psikis yang akhirnya akan berpengaruh juga pada aktivitas ekonomi dan sosial mereka. Sehingga secara umum akan berpengaruh pada aktivitas kehidupan sehari-hari

Menurut Stuart, (2013) bahwa untuk mengukur tingkat adaptasi dapat menggunakan alat ukur kemampuan adaptasi yang dikembangkan dari kemampuan stimulasi aspek biologi, aspek psikologis kognitif dan emosional, aspek sosial dan aspek spiritual. Bentuk pertanyaan menggunakan skala Gutmann yaitu dengan jawaban ya dan tidak dengan memberi tanda (√) pada kolom yang disediakan.

Menurut Yosep (2014), *Group therapy*; merupakan terapi psikologi yang dilakukan secara kelompok untuk pemecahan masalah dalam interpersonal. Berdasarkan hal tersebut maka terapi yang dapat dilakukan pada lansia untuk meningkatkan kemampuan adaptasi adalah dengan menggunakan *group therapy* yang dilakukan secara berkelompok yang diharapkan dapat dijadikan sebagai kegiatan bagi lansia untuk saling berbagi dalam menjalankan dan menikmati hidup.

Manfaat dari terapi kelompok dapat memberikan informasi dan pengalaman yang dapat diambil dari pasien. Para anggota kelompok dapat belajar bagaimana pendekatan yang baik terhadap situasi yang bermasalah dalam kehidupan mereka sendiri. Membagi atau mengungkapkan pengalaman-pengalaman yang sama dapat menenangkan seseorang karena ia merasa bahwa ia tidak begitu berbeda dengan orang lain. Memungkinkan adanya dukungan kelompok untuk tingkah laku yang tepat. Para lansia mungkin mengharapkan dukungan terapis, tetapi dukungan dari anggota kelompok lebih memiliki pengaruh lebih besar.

Kegiatan dalam praktek, terapi kelompok sangat bervariasi seperti halnya dengan terapi individual. Bentuk-bentuk paling awal terapi kelompok dimana pemimpin kelompok berceramah,

meyakinkan dan mengarahkan. Karena adanya perkembangan baru dibidang ini, pemimpin kelompok menjalankan fungsi yang sama untuk kelompok sama seperti yang dilakukan oleh terapis individual bagi pasiennya. Dia mendorong, mengungkapkan, memeriksa motif-motif, memberikan penafsiran, sedikit demi sedikit membangkitkan partisipasi masing-masing anggota kelompok.

Penelitian yang dilakukan oleh Chindy (2017) bahwa lansia yang hidup di bersama anggota keluarga di masyarakat beradaptasi dengan cara tetap melakukan kegiatan sehari-hari secara mandiri dan tetap bersosialisasi dengan masyarakat di sekitarnya.

Terdapat 2 factor yang mempengaruhi adaptasi lansia yakni faktor pendukung meliputi dukungan keluarga agar lansia tetap melakukan aktifitas rutin sehari-hari secara mandiri dan bersosialisasi dengan masyarakat di sekitarnya. Tujuannya supaya lansia merasa mempunyai kemampuan dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan adanya penerimaan dari lingkungan sekitar. Faktor penghambatnya bahwa masih terdapat beberapa lansia yang menganggap dirinya sudah tidak berguna bagi keluarga. Ketidakcocokan antara lansia dengan anggota keluarganya, beberapa lansia sering berselisih paham dengan lansia lainnya yang terkadang berakhir dengan pertengkaran.

Menurut Nurafifah (2016), bahwa setelah diberikan terapi aktivitas kelompok, sebagian besar responden mengalami depresi ringan sebanyak 19 orang (39,6%) dan terdapat responden yang mengalami penurunan depresi menjadi normal yaitu 12 responden (25 %).

Pada lanjut usia yang mengalami depresi lebih banyak terkait dengan aktivitas sehari-hari, lansia dengan karakteristik jarang beraktifitas akan mudah terserang depresi dibandingkan dengan lansia yang banyak aktivitasnya. Salah satu upaya untuk mencegah depresi

pada lansia dapat dilakukan dengan memberikan kegiatan yang positif, misalnya terapi aktivitas kelompok, oleh raga atau senam lansia, berkumpul bersama sehingga terdapat komunikasi yang baik antara perawat dengan lansia.

Metode:

Kegiatan sebelum pemberian terapi kelompok adalah mengidentifikasi kemampuan adaptasi lansia dengan menggunakan kuesioner. Kegiatan ini dilakukan dengan metode melakukan kunjungan rumah lansia-lansia yang akan diikuti dalam kegiatan terapi kelompok. Jumlah lansia yang sesuai dengan ketentuan dalam kegiatan dan bersedia menjadi peserta kegiatan sejumlah 12 orang. Akan tetapi dalam pelaksanaannya dibagi menjadi 2 kelompok, masing-masing kelompok sejumlah 6 orang. Kegiatan terapi kelompok dilakukan sebanyak 4 sesi setiap kelompoknya dengan durasi waktu 30 – 45 menit setiap sesinya. Sesi 1 dan 2 dilaksanakan di Posyandu lansia sedangkan sesi 3 dan 4 dilaksanakan di Balai Desa Sumbertebu sesuai dengan kesepakatan peserta. Setelah pelaksanaan terapi kelompok sesi ke 4 peserta diidentifikasi kemampuan adaptasinya dengan menggunakan kuesioner post test. Pelaksanaan kegiatan terapi kelompok meliputi : Sesi 1 untuk mengidentifikasi kemampuan adaptasi fisik pada lansia. Sesi 2 untuk mengidentifikasi kemampuan adaptasi kognitif dan emosional pada lansia. Sesi 3 untuk mengidentifikasi kemampuan adaptasi sosial dan spiritual pada lansia. Sesi 4 untuk mengidentifikasi hasil *evaluation and feedback*.

Hasil :

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini membawa hasil yang nyata sesuai dengan tujuan program yang sudah dirumuskan sebelumnya.

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada 12 lansia yang dibagi menjadi 2 kelompok, dimana setiap kelompok terdiri dari 6 orang lansia. Waktu yang dibutuhkan untuk kegiatan ini berkisar 30-45 menit.

Umpan balik pemimpin membantu anggota sadar terhadap dinamika dan pola komunikasi sehingga mereka menyadari makna pola tersebut untuk kelompok dan dirinya. Observasi yang dilakukan menggunakan komunikasi verbal dan non verbal antara lain tema yang bisa diungkapkan, kebiasaan komunikasi, mendengar, proses pemecahan masalah pada kelompok dan ekspresi tubuh dan wajah yang menggambarkan kondisi emosional anggota.

Kegiatan ini dibagi menjadi 4 sesi, setiap sesi dilakukan dengan durasi waktu 30-45 menit. Sesi 1 dan 2 dilaksanakan di Posyandu lansia sedangkan sesi 3 dan 4 dilaksanakan di Balai Desa Sumbertebu sesuai dengan kesepakatan peserta. Setelah pelaksanaan terapi kelompok sesi ke 4 peserta diidentifikasi kemampuan adaptasinya dengan menggunakan kuesioner post test. Pelaksanaan kegiatan terapi kelompok meliputi :

1. **Sesi 1 Group Therapy : Kemampuan Adaptasi Fisik Pada Lansia.**
Terapis mendiskusikan pengalaman lansia terhadap perubahan secara fisik yang dialami lansia serta menjelaskan cara meningkatkan kemampuan adaptasi fisik pada lansia.
2. **Sesi 2 Group Therapy : Kemampuan Adptasi Kognitif dan Emosional pada Lansia.**
Terapis mendiskusikan pengalaman lansia terhadap perubahan secara koqnitif dan emosional yang dialami lansia serta menjelaskan cara meningkatkan kemampuan adaptasi koqnitif dan adaptasi emosional pada lansia.

3. Sesi 3 *Group Therapy* : Kemampuan Adaptasi Sosial dan Spiritual pada Lansia.

Terapis mendiskusikan pengalaman lansia terhadap perubahan secara sosial dan spiritual yang dialami lansia serta menjelaskan cara meningkatkan kemampuan adaptasi sosial dan spiritual pada lansia.

4. Sesi 4 *Evaluation and Feedback*.

Terapis mengevaluasi perasaan lansia setelah menyelesaikan setiap sesi, mengevaluasi kemampuan yang telah dicapai oleh lansia dan memberi tindak lanjut terkait keterampilan yang harus dilatih.

Tabel. 3.1 Hasil Evaluasi Rata-rata Kemampuan Adaptasi Lansia Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Kelompok

Kemampuan adaptasi lansia	Skor pre test	Skor post test	Rata-rata peningkatan skor
Fisik	8,3	17,4	9,1
Kognitif	0,4	3,0	2,6
Emosional	0,3	3,6	3,3
Sosial	1,3	3,1	1,8
Spiritual	2,6	3,4	0,8

Hasil evaluasi seluruh pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa seluruh lansia mengalami peningkatan skor kemampuan adaptasi lansia baik pada aspek fisik, kognitif, emosional, sosial dan spiritual setelah mengikuti kegiatan terapi kelompok sebanyak 4 sesi.

Diskusi:

Berdasarkan Tabel 3.1 di dapatkan bahwa hasil evaluasi rata-rata kemampuan adaptasi lansia mengalami peningkatan baik kemampuan adaptasi dari aspek fisik, kognitif, emosional, sosial maupun aspek spiritual. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh lansia mampu beradaptasi terhadap terapi kelompok dengan baik, kondisi tersebut tidak lepas dari peran terapis dalam kelompok.

Upaya yang dilakukan oleh terapis dalam meningkatkan kemampuan adaptasi lansia tersebut diantaranya dengan mendiskusikan pengalaman lansia terhadap seluruh perubahan baik secara fisik, kognitif, emosional, sosial maupun aspek spiritual yang dialami lansia serta menjelaskan cara meningkatkan kemampuan beradaptasi pada lansia.

Dari aspek fisik perubahannya paling banyak yakni 9,1 dimana perubahannya pada masalah personal hygiene. Lansia yang masih aktif pergi ke sawah, yang sebelumnya jarang memakai baju setelah dimengikuti terapi kelompok sekarang menyadari pentingnya memakai baju untuk melindungi kulitnya. Untuk menjaga kesehatan otot pernafasan maka lansia yang biasanya tidak mengikuti kegiatan senam lansia setelah mengikuti terapi kelompok sekarang lebih aktif mengikuti kegiatan senam maupun kegiatan olah raga rutin sampai mengeluarkan keringat di desa tersebut.

Perubahan dari aspek kognitif sebesar 2,6 bentuk perubahannya adalah dimana lansia sekarang sudah mengerti manfaat membaca supaya tidak gampang lupa. Lansia juga mau meluangkan waktu setengah jam untuk sekedar mendengarkan berita di televisi. Lansia yang awalnya tidak hadir pada kegiatan posyandu lansia, sekarang lebih aktif mengikuti penyuluhan di posyandu untuk mendapatkan informasi tentang kesehatan.

Perubahan dari aspek emosional sebesar 3,3 dimana fokus perubahannya adalah bila menghadapi stress maka lansia melakukan tarik nafas lega sesuai intruksi terapis pada saat diskusi dalam terapi kelompok. Ketika menghadapi masalah lansia cenderung berfikir positif supaya tidak mengganggu pikirannya. Perubahan dari aspek sosial hanya sebesar 1,8 hal ini karena selama ini lansia dimata keluarga,

anak dan cucunya masih dibutuhkan. Mereka selalu bertemu sebulan sekali dalam acara arisan keluarga. Hanya saja lansia kurang berperan di kegiatan penting di masyarakat. Perubahan pada aspek spiritual hanya sebesar 0,8 karena selama ini lansia sudah menyadari sudah lanjut usia dan kekuatan agama sebagai dasar untuk menyelesaikan masalah serta melakukan ibadah dengan rutin di mushola atau masjid dan sesekali di rumah.

Peningkatan kemampuan adaptasi tersebut banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor dukungan dari anggota keluarga yang telah banyak membantu lansia sehingga lansia semakin termotivasi untuk mengikuti kegiatan terapi kelompok. (Ebersol, 2010). Faktor yang lain adalah peran dari pemerintah desa sumbertebu memfasilitasi tempat dan sarana kegiatan terapi kelompok.

Kondisi ini sesuai dengan pendapat menurut Tamher (2009) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi adaptasi diantaranya adalah faktor motivasi, dukungan keluarga serta faktor dukungan sosial. Adanya motivasi sangat membantu individu dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah. Jika tiap kebutuhan dapat dicapai maka individu termotivasi untuk mencari kebutuhan pada tahap berikutnya, sehingga individu mempunyai kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan masalah. Peran keluarga dalam perawatan lansia antara lain menjaga atau merawat lansia, mempertahankan dan meningkatkan status mental, mengantisipasi perubahan social ekonomi, serta memberikan motivasi serta memfasilitasi kebutuhan spiritual lansia. Dukungan sosial dari masyarakat desa menyediakan tempat dan fasilitas untuk kegiatan lansia sebagai bentuk pelayanan yaitu menempatkan orang-orang usia

lanjut pada tempat terhormat dan penghargaan tinggi, Stuart (2013).

Setiap anggota kelompok mempunyai kemampuan beradaptasi dan karakteristik yang berbeda. Hal ini dikarenakan karakter setiap individu lansia berbeda-beda latar belakang pendidikan, berbeda pengalaman bekerjanya, perbedaan usia dan jenis kelamin. Disinilah peran terapis memilih salah satu anggota terapis yang memiliki kemampuan lebih dari yang lainnya sebagai pemimpin dalam kelompok tersebut. Pengalaman yang baik dalam beradaptasi tersebut akan mempengaruhi lansia yang lain dalam mengatasi masalah adaptasi secara baik secara fisik, koqnitif, emosional, sosial maupun aspek spiritual . Sehingga tujuan dalam kelompok mudah dipahami oleh anggota kelompok.

Kesimpulan:

Hasil pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa rata-rata kemampuan adaptasi lansia mengalami peningkatan baik kemampuan adaptasi dari aspek fisik, koqnitif, emosional, sosial maupun aspek spiritual. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh lansia mampu beradaptasi terhadap terapi kelompok dengan baik.

Daftar pustaka:

- Ebersol. 2010. *Gerontological Nursing and Health Aging*. (3rd ed). USA, Philadelphia: Mosby, Inc.
- Chindy, TSP. 2017. *Adaptasi Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Anaknya*. Skripsi. UNIVERSITAS LAMPUNG.
- Dewi, S.R. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV Budi Utama
- Nurafifah,D., Trully,ES. 2016. *Terapi Aktifitas kelompok Stimulus Sensori Terhadap Tingkat Depresi*

- Lansia. *JURNAL KEBIDANAN – MIDWIFERIA*. Vol.2 No.2.
- Pae, K. 2017. Perbedaan Tingkat Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Dan Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga. *JURNAL NERS LENTERA*, Vol. 5, No. 1, Maret 2017.
- Putra, A.A., Nashori, H.F. & Sulistyarini, I. 2012. Terapi Kelompok Untuk Mengurangi Kesepian Dan Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *JURNAL INTERVENSI PSIKOLOGI*, Vol. 4 No. 1 Juni 2012.
- Stuart, G.W. 2013. *Principle and Practice Of Psychiatric Nursing*. (10th ed). St. louis: Mosby Year Book.
- Sugeng, I.L. 2016. Kejadian Depresi Pada Lansia di Posyandu Lansia RW 1 Pagesangan Surabaya. Surabaya: STIKES ABI Surabaya.
- Tamher, S. & Noorkasiani. 2009. Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Yosep, H.I. & Sutini, T. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa & Advance Mental Health Nursing*. Bandung: PT. Refika Aditama.