

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING LANSIA DENGAN KEJADIAN
STRESS PADA LANSIA DI BALAI PELAYANAN DAN
PENYANTUNAN LANJUT USIA (BPPLU)
PAGAR DEWA KOTA BENGKULU**

*The Relationship of Coping Mechanism with Incidence of Stress on Elderly
in BPPLU Pagar Dewa Bengkulu City*

Buyung Keraman¹, Neni Triana², Ayu Amelia²

¹Program Studi Matematika Fakultas MIPA Universitas Bengkulu

²Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

Email: neni_triananers@yahoo.co.id

ABSTRAK

Stres pada lansia dapat menyebabkan gangguan kesehatan. Semakin tinggi tingkat stres lansia maka semakin sering mengalami kekambuhan penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari hubungan mekanisme koping lansia dengan kejadian stress pada lansia di Balai Pelayanan dan Penyantunan Lanjut Usia (BPPLU) Pagar Dewa Kota Bengkulu. Metode dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di BPPLU Kota Bengkulu, yang memenuhi karakteristik yang telah ditentukan sebanyak 42 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Total Sampling sebanyak 42 sampel. Data yang digunakan adalah data primer didapat oleh peneliti dengan menggunakan teknik observasi dan wawancara. Data kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Uji statistik yang digunakan adalah Chi-Square. Hasil penelitian diperoleh: (1) Dari 42 lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu, sebagian kecil yaitu 1 (2,4%) lansia mengalami stres berat, sebanyak 18 atau (42,9%) lansia mengalami stres sedang, dan 23 atau (54,8%) lansia mengalami stres rendah; (2) sebagian kecil 16 atau (38,1%) lansia menerapkan mekanisme koping maladaptif; sedangkan sebagian besar yaitu 26 atau (61,9%) lansia menerapkan mekanisme koping adaptif (3) Dari 16 lansia yang menerapkan mekanisme koping maladaptif, sebanyak 1 atau (6,2%) lansia mengalami stres berat, sebanyak 10 atau (62,5%) lansia mengalami stres sedang dan 5 atau (31,2%) lansia mengalami stres rendah; sedangkan dari 26 lansia yang menerapkan mekanisme koping adaptif sebanyak 0 atau (0,0%) lansia mengalami stres berat, 8 atau (30,8%) lansia mengalami stres sedang, dan 18 atau (69,2%) lansia mengalami stres rendah (4) Ada hubungan antara mekanisme koping lansia dengan kejadian stres pada lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu dengan kategori hubungan sedang. Diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan perawatan yang sesuai dengan kebutuhan lansia, serta memberikan motivasi secara psikologis pada lansia.

Kata Kunci: lansia, mekanisme koping, stres

ABSTRACT

Stress in the elderly can cause health problems, the higher the stress level of the elderly, the more often they experience recurrence of the disease. The purpose of this study was to determine the Relationship of Coping Mechanism with Incidence of Stress on Elderly in BPPLU Pagar Dewa Bengkulu City. This study used cross sectional design. Population in this study were all elderly who lived in BPPLU Pagar Dewa Bengkulu City who fulfilled characteristic who were obtained with the amount of 42 people. Sampling technique in this study used total sampling were 42 people. Collecting data in this study used primary data with observation technique and interview. Data analysis used univariate and bivariate. Statistic test used was Chi-Square. The result of this study showed: (1) from 42 elderly in BPPLU Pagar Dewa Bengkulu City 1 (2,4%) elderly experienced severe stress; there were 18 (42,9%) elderly experienced medium stress, and there were 23 or (54,8%) elderly experienced mild stress (2) there were 16 (38,1%) elderly with maladaptive Coping Mechanism and 26 (61,9%) elderly with adaptive Coping Mechanism; (3) from 16 elderly with maladaptive Coping Mechanism there were 1 (6,2%) elderly experienced severe stress, there were 10 (62,5%) elderly experienced medium stress and there were 5 (31,2%) elderly experienced mild stress, while from 26 elderly with adaptive Coping Mechanism there were and 0 (0,0%) elderly experienced severe stress, there were 8 (30,8%) elderly experienced medium stress and 18 (69,2%) elderly experienced mild stress; (4) there is significant relationship between Coping Mechanism with Incidence of Stress on Elderly in BPPLU Pagar Dewa Bengkulu City with moderate category relationship. It is expected that health workers can provide care that suits the needs of the elderly, as well as provide psychological motivation to the elderly

Keywords: coping mechanism, incidence of stress, elderly

A. Pendahuluan

WHO memperkirakan tahun 2025 jumlah lansia di seluruh dunia akan mencapai 1,2 miliar orang yang akan terus bertambah hingga 2 miliar orang di tahun 2050. WHO juga memperkirakan 75% populasi lansia di dunia pada tahun 2025 berada di negara berkembang. Bappenas memperkirakan pada tahun 2050 akan ada 80 juta lansia di Indonesia (Kemenkes RI, 2013). Menurut BPS (2014), di Indonesia jumlah penduduk 60 tahun ke atas (lanjut usia) sebesar 7,56% dari total penduduk Indonesia dengan keadaan kesehatan baik 39%, keadaan kesehatan cukup sebesar 43% dan dengan keadaan kesehatan kurang sebesar 18% . Data ini menunjukkan bahwa jumlah lansia meningkat setiap

tahunnya, baik di dunia maupun di Indonesia sebagai dampak dari meningkatnya usia harapan hidup.

Jumlah lansia di Provinsi Bengkulu 26,9.869 jiwa. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu pada tahun 2018 didapatkan 60 orang lanjut usia penghuni di BPPLU Pagar Dewa Bengkulu.

Lansia merupakan usia yang beresiko untuk mengalami kemunduran fungsi tubuh baik secara fisiologis maupun psikologis akibat proses penuaan. Kemunduran psikologis yang sering terjadi pada lansia adalah stres.

Menurut Richard (2010) stres adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan

dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Peristiwa yang memunculkan stres dapat saja positif (misalnya merencanakan perkawinan) atau negatif (contoh: kematian keluarga). Sesuatu didefinisikan sebagai peristiwa yang menekan (*stressful event*) atau tidak, bergantung pada respon yang diberikan oleh individu terhadapnya.

Kondisi khas selama proses menua, seperti penurunan kemampuan dan aktivitas fisik dapat menyebabkan stres pada lansia. Stres dapat menyebabkan gangguan kesehatan, seperti semakin tinggi tingkat stres lansia maka semakin sering mengalami kekambuhan penyakit. Maka dibutuhkan mekanisme koping, yang merupakan suatu cara yang dilakukan individu untuk beradaptasi terhadap stres, menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun perilaku.

Menurut kamus psikologi koping adalah (tingkah laku atau tindakan penanggulangan) sembarang perbuatan, dalam mana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Dengan tujuan menyelesaikan sesuatu (Chaplin, 2009). Strategi *coping* juga diartikan sebagai upaya baik mental maupun perilaku, untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau meminimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan. Perilaku mengatasi masalah adalah kecenderungan perilaku yang digunakan individu dalam menghadapi dan mengelola suatu masalah yang menimbulkan stres dalam menghindari, menjauhi, dan mengurangi stress atau dengan menyelesaikan dan mencari dukungan sosial.

Sebagian besar lansia yang tinggal di BPPLU Pagar Dewa kota Bengkulu memiliki mekanisme koping yang baik karena bisa dilihat dari kemampuan lansia dalam beradaptasi terhadap lingkungan tempat tinggalnya. Namun tidak jarang juga ada lansia yang mengeluh merasa sedih dan kesepian tinggal jauh dari keluarga dan ingin berkumpul bersama keluarga, dan ada juga lansia yang mengeluhkan kondisi kesehatannya seperti sering mengalami nyeri pada sendi, sakit kepala, hipertensi, susah tidur dan banyak lagi keluhan yang lainnya.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara mekanisme koping lansia dengan kejadian stress pada lansia di Balai Pelayanan dan Penyantunan Lanjut Usia (BPPLU) Pagar Dewa Kota Bengkulu?”. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari hubungan mekanisme koping lansia dengan kejadian stress pada lansia di Balai Pelayanan dan Penyantunan Lanjut Usia (BPPLU) Pagar Dewa Kota Bengkulu.

B. Metode Penelitian

Desain penelitian dalam penelitian ini adalah *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di BPPLU Kota Bengkulu, yang memenuhi karakteristik yang telah ditentukan sebanyak 42 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Total Sampling*, artinya yaitu seluruh lansia yang tinggal di BPPLU Kota Bengkulu akan dijadikan sebagai sampel sebanyak 42 orang. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Data primer yang didapat menggunakan teknik observasi dan wawancara dengan panduan kuesioner. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan

bivariat. Analisis bivariate menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Untuk mengetahui keeratan hubungan digunakan uji statistik *Contingency Coefficient (C)*.

C. Hasil

1. Analisis Univariat

Analisis ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran tentang *variable independent* (mekanisme koping) dan *variable dependent* (stres pada lansia).

Tabel 1
Gambaran Distribusi Frekuensi Kejadian Stres pada Lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu

No	Stres	Frekuensi	Persentase (%)
1	Berat	1	2,4
2	Sedang	18	42,9
3	Ringan	23	54,8
Total		42	100,0

Pada Tabel 1 tampak bahwa dari 42 orang lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu. Ada 1 orang lansia (2,4%) mengalami stres berat, 18

orang lansia (42,9%) mengalami stres sedang, dan 23 orang lansia (54,8%) mengalami stres ringan.

Tabel 2
Gambaran Mekanisme Koping Lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu

No	Mekanisme Koping	Frekuensi	Persentase (%)
1	Maladaptif	16	38,1
2	Adaptif	26	61,9
Total		42	100,0

Pada Tabel 2 tampak bahwa dari 42 orang lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu ada 16 orang lansia (38,1%) menerapkan mekanisme koping maladaptif dan 26 orang lansia (61,9%) yang menerapkan mekanisme koping adaptif.

2. Analisis Bivariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel *independent* (mekanisme koping) dengan variabel *dependent* (kejadian stres) pada lansia.

Tabel 3
Hasil Tabulasi Silang antara Mekanisme Koping Lansia dengan Kejadian Stres pada Lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu

Mekanisme Koping	Stres								χ^2	p	C
	Berat		Sedang		Ringan		Total				
	F	%	F	%	F	%	F	%			
Maladaptif	1	6,3	10	62,5	5	31,3	16	100,0	6,561	0,038	0,368
Adaptif	0	0,0	8	30,8	18	69,2	26	100,0			
Total	1	2.4	18	42,9	23	54.8	42	100.0			

Pada Tabel 3 tampak bahwa dari 16 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping maladaptif, terdapat sebanyak 1 orang lansia (6,3%) mengalami stres berat, 10 orang lansia (62,5%) mengalami stres sedang, dan 5 orang lansia (31,3%) mengalami stres ringan. Dari 26 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping adaptif di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu ada 0 orang lansia (0,0%) mengalami stres berat, 8 orang lansia (30,8%) mengalami stres sedang, dan 18 orang lansia (69,2%) mengalami stres ringan.

Hasil uji statistik *Chi-Square* didapat nilai $\chi^2 = 6,561$ dengan $p=0,038 < \alpha=0,05$. Hasil uji *Contingency Coefficient (C)* didapat nilai $C = 0,368$ dengan $p = 0,038 < 0,05$ berarti signifikan.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data pada tabel 2 tentang kejadian stres yang terjadi pada lansia yang tinggal di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu bahwa dari 42 responden terdapat 1 orang lansia (2,4%) dengan tingkat stres berat, 18 orang lansia (42,9%) dengan tingkat stres sedang, dan 23 orang lansia (54,8%) dengan tingkat stres ringan.

Hasil data tersebut menggambarkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori tingkat stres rendah, kemudian disusul kategori tingkat stres sedang, dan sebagian kecil dalam kategori tingkat stres berat. Kategori tingkat stres dalam sampel didapatkan melalui perhitungan (*scoring*) dari hasil kuesioner yang telah disebarakan terhadap responden dimana skor <150 dikategorikan ke dalam stres ringan, $150-300$ dikategorikan ke dalam tingkat stres sedang, dan skor >300 dikategorikan ke dalam tingkat stres berat.

Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Stuart & Sundden (2005) bahwa klasifikasi tingkat stres yaitu stres ringan pada tingkat stres ini sering terjadi pada kehidupan sehari-hari dan kondisi ini dapat membantu individu menjadi waspada dan bagaimana mencegah berbagai kemungkinan yang mungkin terjadi. Stres sedang pada stres tingkat ini individu lebih memfokuskan hal penting saat ini dan mengesampingkan yang lain sehingga mempersempit lahan persepsinya. Stres berat pada tingkat ini lahan persepsi individu sangat menurun dan cenderung memusatkan perhatian pada hal-hal lain. Semua perilaku ditunjukkan untuk mengurangi stres individu tersebut mencoba memusatkan perhatian pada lahan lain dan memerlukan banyak pengarahan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres seseorang dilihat dari tiga sudut pandang yaitu sudut pandang psikodinamik, sudut pandang biologis, dan sudut pandang kognitif dan perilaku, kemudian ada faktor tambahan yang dialami individu seperti hambatan fisik, sosial, dan pribadi.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data pada tabel 3 tentang mekanisme koping yang diterapkan lansia yang tinggal di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu bahwa dari 42 responden terdapat 16 orang (38,1%) lansia menerapkan mekanisme koping maladaptif, dan 26 orang (61,9%) lansia yang menerapkan mekanisme koping adaptif.

Hasil di atas menunjukkan bahwa sebagian besar lansia sudah menerapkan mekanisme koping yang Adaptif, hal ini sesuai dengan hasil pengamatan dan hasil observasi dari peneliti bahwa kebanyakan lansia

mempunyai kegiatan dan satu kamar panti terdiri dari beberapa orang lansia, hal ini bertujuan agar lansia tidak merasa sendiri dan ada orang lain untuk di ajak komunikasi.

Hasil ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Stuart & Sundden (2005) yang mengatakan bahwa mekanisme koping adaptif merupakan mekanisme yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan. Kategori dari mekanisme koping adaptif adalah pertumbuhan, berbicara dengan orang lain, memecahkan masalah secara efektif, teknik relaksasi, latihan seimbang dan konstruktif.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan dari 16 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping maladaptif terdapat 1 orang lansia (6,3%) mengalami stres berat, 10 orang lansia (62,5%) mengalami stres sedang, dan 5 orang lansia (31,3%) yang mengalami stres ringan. Dari 26 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping adaptif, terdapat 0 orang lansia (0,0%) mengalami stres berat, 8 orang lansia (30,8%) yang mengalami stres sedang, dan 18 orang lansia (69,2%) mengalami stres ringan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan dari 16 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping maladaptif, terdapat 1 orang lansia mengalami stres berat, hal tersebut karena lansia tidak berusaha menghilangkan kondisi yang menimbulkan stres, apabila ada masalah lansia tidak ingin menceritakan dengan orang lain dan memilih menyimpan sendiri, dan ini juga diakibatkan dari stresor yang mengakibatkan lansia mengalami tekanan.

Dari 10 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping

maladaptif dengan tingkat stres sedang dalam satu tahun terakhir ini mengalami seperti beberapa dari stresor seperti: kematian kerabat keluarga, mengalami luka atau sakit parah, pernikahan, masalah seks, perubahan kondisi keuangan, kematian teman dekat, bertengkar dengan pasangan, perubahan kondisi kehidupan, mengubah kebiasaan hidup, pindah rumah, mengganti kebiasaan rekreasi, perubahan kegiatan sosial, perubahan kebiasaan tidur, perubahan kebiasaan makan, liburan, hari raya besar keagamaan.

Dari 5 orang lansia mengalami stres rendah hal ini bisa terjadi karena faktor-faktor yang timbul dalam satu tahun terakhir yang menyebabkan kejadian stres pada lansia hanya sedikit.

Dari 5 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping maladaptif dengan tingkat stres rendah, keseluruhan mengatakan mengalami perubahan kondisi keuangan, perubahan kebiasaan makan, liburan, dan hari raya, sebanyak 4 orang mengatakan bahwa mereka mengalami perubahan kebiasaan tidur, 3 orang mengatakan mengalami perubahan kondisi kehidupan dan perubahan kebiasaan hidup.

Dari 26 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping adaptif, terdapat 0 orang lansia (0,0%) mengalami stres berat. Hal ini karena lansia mampu beradaptasi terhadap situasi yang menekan yang menyebabkan kejadian stres serta lansia mau bercerita dan tidak menyimpan masalah nya sendiri sehingga lansia terhindar dari gangguan kesehatan.

Dari 26 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping adaptif, terdapat 8 orang lansia mengalami stres sedang, hal ini dapat

terjadi karena ada faktor lain yang mempengaruhi kejadian stres seperti faktor kematian pasangan hidup/ anak, hidup berpisah dalam pernikahan, mengalami luka/sakit parah, pernikahan, perubahan kesehatan anggota keluarga, masalah seks, perubahan kondisi keuangan, perubahan bidang dalam pekerjaan, bertengkar dengan pasangan, perubahan kondisi kehidupan, mengubah kebiasaan hidup, pindah rumah, mengganti kebiasaan rekreasi, perubahan kegiatan sosial, perubahan kebiasaan tidur, perubahan kebiasaan makan, liburan, hari raya besar keagamaan.

Dari 26 orang lansia yang menerapkan mekanisme koping adaptif, terdapat 18 orang mengalami stres ringan hal tersebut karena lansia mampu beradaptasi terhadap tekanan atau stresor dengan koping yang baik sehingga tidak mengalami gangguan kesehatan.

Apabila mekanisme koping ini berhasil, maka individu dapat beradaptasi dan tidak menimbulkan gangguan kesehatan, tetapi bila mekanisme koping gagal maka individu tersebut gagal beradaptasi dan akan timbul gangguan kesehatan baik berupa fisik, psikologis maupun perilaku (Keliat & Akemat, 2010).

Hasil uji statistik *Chi-Square* terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping lansia dengan kejadian stres pada lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu dengan kategori sedang. Hal tersebut berarti bahwa mekanisme koping bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi kejadian stres tetapi ada faktor lain yang dapat menyebabkan kejadian stres.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Greenwood III & Greenwood Jr (dalam Yusuf, 2004)

bahwa faktor-faktor yang menyebabkan kejadian stres berasal dari dalam maupun luar individu diantaranya yaitu faktor biologis meliputi (faktor genetik, pengalaman hidup, ritme tidur, makan, postur tubuh, kelelahan, dan penyakit), faktor psikologis meliputi (faktor persepsi, perasaan, emosi, situasi, pengalaman hidup, keputusan hidup, perilaku, dan melarikan diri), dan faktor lingkungan meliputi (lingkungan fisik, biotik, dan sosial).

Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Stuart & Sundden (2010) Mekanisme koping adalah berbagai usaha yang dilakukan individu untuk menanggulangi stres yang di hadapinya.

Mekanisme koping dapat dipelajari sejak awal timbulnya masalah atau stresor sehingga individu tersebut menyadari dampak dari stresor tersebut. Kemampuan koping individu tergantung dari temperamen, persepsi, dan kognitif serta latar belakang budaya atau norma tempat dia dibesarkan. Mekanisme koping terbentuk melalui proses belajar dan mengingat. Belajar yang dimaksud adalah kemampuan menyesuaikan diri (adaptasi) pada pengaruh faktor internal dan eksternal (Nursalam, 2011).

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dahlia (2017) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang.

E. Kesimpulan

1. Dari 42 lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu, terdapat 23 lansia (54,8%) mengalami stres ringan.
2. Dari 42 lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu, terdapat 26 lansia (61,9%) menerapkan mekanisme koping adaptif.
3. Dari 16 lansia yang menerapkan mekanisme koping maladaptif, 10 lansia (62,5%) mengalami stres sedang.
4. Dari 26 lansia yang menerapkan mekanisme koping adaptif, ada 18 lansia (69,2%) mengalami stres ringan.
5. Ada hubungan antara mekanisme koping lansia dengan kejadian stres pada lansia di BPPLU Pagar Dewa Kota Bengkulu dengan kategori hubungan sedang.

Daftar Pustaka

- BPS. (2014). *Jumlah Penduduk Indonesia*. <https://www.bps.go.id/>. Diakses Pada tanggal 10 April 2018 pukul 09.30.
- Chaplin, J.P (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*. Penerjemah Kartini Kartono. Jakarta: Grafindo Persada.
- Dahlia, W. (2017). *Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang*. Skripsi. Fakultas Keperawatan Universitas Andalas
- Keliat, B. A. & Akemat. (2010). *Model Praktik Keperawatan Profesional Jiwa*. Jakarta: EGC
- Kemenkes RI. (2013). *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Buletin Jendela: Jakarta.
- Nursalam. (2011). *Proses dan Dokumentasi Keperawatan, Konsep Dan Praktek*. Jakarta: Salemba Medika
- Richard, G, (2010). *Psikologi*. Yogyakarta; Pustaka Baca
- Stuart & Sundden. (2005). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- WHO. (2007). *WHO Global Report on Falls Prevention in Older Age*. Geneva : WHO.
- Yusuf, S. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.