

## HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEAKTIFAN DAN KEMANDIRIAN LANSIA DI POSYANDU KELUARGA DI DESA BENTEK KECAMATAN GANGGA

Hadi Suryatno<sup>1</sup>, Febriati Astuti<sup>2</sup>, Sukardin<sup>3</sup>, Rohmiati<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mataram

\*Email Korespondensi: febriatyas@gmail.com

### Intisari

**Pendahuluan:** Posyandu Keluarga adalah bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang dirancang untuk meningkatkan derajat kesehatan pada seluruh tahapan kehidupan, termasuk kelompok lansia. Keberhasilan kegiatan Posyandu Keluarga sangat ditentukan oleh tingkat keaktifan dan kemandirian lansia dalam berpartisipasi pada berbagai aktivitas yang disediakan, seperti pemeriksaan kesehatan berkala, senam lansia, dan kegiatan penyuluhan kesehatan. Lansia yang mampu berperan aktif dan mandiri umumnya memiliki kondisi kesehatan yang lebih optimal serta dapat mempertahankan peran sosialnya di lingkungan masyarakat.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan keaktifan dan kemandirian lansia posyandu keluarga di Desa Bentek. **Metode:** Metode penelitian kuantitatif dengan metode cross sectional, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 84 responden didapatkan dengan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan wawancara. Hasil dari kuesioner dianalisis menggunakan uji *Chi Square*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan Dukungan keluarga kategori kurang sebanyak 61 responden (72,6%) ditunjukkan dengan kurangnya penghargaan yang diberikan kepada lansia, keaktifan kategori tidak aktif sebanyak 40 responden (47,6%) ditunjukkan dengan lansia tidak mengikuti olahraga seperti senam lansia, tidak mengikuti pendidikan kesehatan, pemeriksaan secara berkala, kemandirian kategori tidak mandiri sebanyak 67 responden (79,8%) ditunjukkan dengan tidak dapat melakukan aktivitas berat seperti naik turun tangga. Uji analisa data menunjukkan p value  $0,003 < 0,05$ . **Kesimpulan:** Ada hubungan dukungan keluarga dengan keaktifan lansia datang ke posyandu keluarga dengan kemandirian lansia di Desa Bentek.

**Kata kunci:** Dukungan Keluarga, Keaktifan, Kemandirian Lansia.

### Abstract

**Introduction:** Family Posyandu is a community-based health service designed to improve health status across all stages of the life cycle, including the elderly population. The success of Family Posyandu activities is strongly influenced by the level of activeness and independence of elderly individuals in participating in various programs, such as routine health check-ups, elderly exercise, and health education. Elderly people who are active and independent tend to have better health conditions and are able to maintain their social roles within the community. **Objective:** This study aimed to determine the relationship between family support and the activeness and independence of elderly participants in Family Posyandu in Bentek Village. **Methods:** This study employed a quantitative research design with a cross-sectional approach. A total of 84 respondents were selected using *Proportionate Stratified Random Sampling*. Data were collected through questionnaires and interviews and analyzed using the *Chi-Square test*. **Results:** The results showed that 61 respondents (72.6%) had low family support, indicated by a lack of appreciation given to the elderly. In terms of activeness, 40 respondents (47.6%) were categorized as inactive, as they did not participate in activities such as elderly exercise, health education, and routine health check-ups. Regarding independence, 67 respondents (79.8%) were classified as not independent, indicated by their inability to perform strenuous activities such as climbing stairs. Data analysis revealed a p-value of 0.003 ( $<0.05$ ). **Conclusion:** There is a significant relationship between family support and the activeness of elderly attendance at Family Posyandu, as well as between family support and the independence of the elderly in Bentek Village

**Keywords:** Family Support, Activeness, Independence, Elderly

## Pendahuluan

Posyandu lansia merupakan pengembangan dari kebijakan pemerintah melalui pelayanan kesehatan bagi lansia yang penyelenggaraannya melalui program puskesmas dengan melibatkan peran serta para lansia, keluarga tokoh masyarakat dan organisasi sosial penyelenggaraannya (Khadijah 2010).

Salah satu komponen dalam terbentuknya keinginan responden mengikuti pelayanan kesehatan adalah situasi sosial seperti keluarga, teman dekat, teman kerja dan lingkungan. Di antara ketiga faktor tersebut, faktor dukungan keluarga sangat penting karena sebagai faktor penguat dari perilaku seseresponden (Saadah, dkk, 2019)

Menurut Chaplin dalam Agustina (2019), tingginya angka ketidak aktifan lansia perlu diantisipasi, salah satunya dengan adanya dukungan keluarga. Kurangnya dukungan keluarga untuk mengantar atau sekedar mengingatkan lansia untuk mengikuti kegiatan posyandu aktif datang keposyandu. Selain keaktifan lansia, dampak negative proses menua yang terjadi pada Kesehatan fisik lansia yakni kemandirian.

Menurut Triningtyas dan Siti (2018), Membangun kemandirian hidup bagi lanjut usia merupakan salah satu aspek penting yang harus dimiliki. Kemandirian hidup yang dimaksud dalam hal ini meliputi tanggung jawab, mandiri, pengalaman praktis dan akal sehat yang relevan, otonom, kemampuan memecahkan masalah, kebutuhan akan Kesehatan yang baik dan juga support sosial. Menurut Brunner & Suddart dalam Danguwule dkk (2017), ada lima macam diantaranya makan, mandi, berpakaian, mobilitas dan toileting.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Januari-Maret 2023 tergolong kurang aktif yakni pada bulan Januari berjumlah 58 responden (11%), bulan Februari sebanyak 56 responden (10,62%) dan pada bulan Maret berjumlah 93 responden (17,64%). Berdasarkan data dan informasi dari kader dan keluarga bahwa kemandirian lansia dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari dibantu oleh keluarga dan untuk mengikuti pelayanan posyandu beberapa lansia diantar keluarga, dan jika tidak ada keluarga yang mengantar maka tidak dapat mengikuti posyandu.

## Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode cross sectional, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 84 responden didapatkan dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan wawancara. Hasil dari kuesioner dianalisis menggunakan uji *Chi Square*.

## Hasil

Hasil penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut:

### 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga pada lansia dalam kegiatan posyandu

Kategori	Dukungan Keluarga						Total
	Baik		Cukup		Kurang		
	f	%	f	%	f	%	
Instrumental	43	51,2	36	42,9	5	6,0	84
Informasional	5	6,0	62	73,8	17	20,0	84
Emosional	31	36,9	43	51,2	10	11,9	84
Penghargaan	0	0,0	23	27,4	61	72,6	84
Harga Diri	4	4,8	39	46,4	41	48,8	84
Kegiatan Posyandu	44	52,4	40	47,6	0	0,0	84
Olahraga	28	33,3	27	32,1	29	34,5	84
Pemeriksaan	25	29,8	48	57,1	11	13,1	84
Penkes	22	26,2	22	26,2	40	47,6	84
Makanan Tambahan	49	58,3	35	41,7	0	0,0	84

Sumber data: Data primer yang diolah

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dukungan keluarga instrumental keluarga yang kategori baik sebanyak 43 responden (51,2%), informasional yang kategori cukup sebanyak 62 responden (73,8%), emosional yang kategori cukup sebanyak 43 responden (51,2%), dukungan penghargaan yang kategori kurang sebanyak 61 responden (72,6%), dan dukungan harga diri yang kategori kurang sebanyak 41 responden (48,8%). Hasil keaktifan lansia dalam kegiatan posyandu di Desa Bentek dengan kategori mengikuti kegiatan posyandu yang kategori aktif sebanyak 44 responden (52,4). Kategori olahraga yang kategori tidak aktif sebanyak 29 responden (34,5%), kategori

pemeriksaan berkala secara teratur yang kategori kurang aktif sebanyak 48 responden (57,1%), mengikuti Pendidikan kesehatan yang kategori kurang aktif sebanyak 40 responden (47,6%) dan diberikan makanan tambahan yang kategori aktif sebanyak 49 responden (58,3%).

## 2. Distribusi Frekuensi Kemandirian Lansia

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemandirian Lansia dalam kegiatan posyandu

Umur	Kemandirian						To tal
	Mandiri		Kurang Mandiri		Tidak Mandiri		
	f	%	f	%	f	%	
60-74 Tahun	47	56,0	2	2,4	3	3,6	84
>75 Tahun	17	20,2	2	2,4	13	15,5	84
Mudah Jatuh	15	17,9	25	29,8	44	52,4	84
Mobilitas	1	1,2	16	19,0	67	79,8	84

Sumber data: Data primer yang diolah

Berdasarkan tabel 2. Dapat dilihat usia 60-74 tahun dengan kemandirian yang kategori mandirise banyak 47 responden (56%) dan usia >75 tahun yang mandiri sebanyak 17 responden (20,2%). Kemandirian lansia dalam kegiatan posyandu di Desa Bentek dengan kategori mudah jatuh yang kategori tidak mandiri sebanyak 44 responden (52,4%) dan mobilitas yang kategori tidak mandiri sebanyak 67 responden (79,8%).

## 3. Analisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Lansia

Dukungan Keluarga		Keaktifan								Nilai p
		Aktif		Kurang aktif		Tidak aktif		Total		
		f	%	f	%	f	%	f	%	
Instrumen tal	Bai k	11	13,1	26	31,0	6	7,1	43	51,2	0,000
	Cuk up	8	9,5	13	15,5	1	1,7	36	42,9	
	Kur ang	2	2,4	1	1,2	2	2,4	5	6,0	
	Tot al	21	25,0	40	47,6	2	2,7	84	100	
Infor masio nal	Bai k	4	4,8	1	1,2	0	0,0	5	6,0	4
	Cuk up	15	17,9	33	39,3	1	1,6	62	73,8	
	Kur ang	2	2,4	6	7,1	9	10,7	17	20,2	
	Tot al	21	25,0	40	47,6	2	2,7	84	100	
Emos ional	Bai k	8	9,5	16	19,0	7	8,3	31	36,9	
	Cuk up	12	14,3	20	23,8	1	1,1	43	51,2	
	Kur ang	1	1,2	4	4,8	5	6,0	10	11,9	
	Tot al	21	25,0	40	47,6	2	2,7	84	100	

	Tot al	21	25,0	40	47, 6	2 3	27, 4	84	100
Peng argaa n	Bai k	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
	Cuk up	11	13,1	8	9,5	4	4,8	23	27,4
	Kur ang	10	11,9	32	38, 1	1 9	22, 6	61	72,6
	Tot al	21	25,0	40	47, 6	2 3	27, 4	84	100
Harga Diri	Bai k	2	2,4	1	1,2	1	1,2	4	4,8
	Cuk up	13	15,5	18	21, 4	8	9,5	39	46,4
	Kur ang	6	7,1	21	25	1 4	16, 7	41	48,8
	Tot al	21	25,0	40	47, 6	2 3	27, 4	84	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 3. dapat dilihat hasil tabulasi silang dukungan instrumental keluarga kategori baik yang kurang aktif sebanyak 26 responden (31%), kategori cukup yang tidak aktif sebanyak 15 responden (17,9%), kurang yang tidak aktif sebanyak 2 responden (2,4%). Dukungan informasional keluarga baik terdapat 4 responden aktif mengikuti posyandu, kategori cukup yang kategori kurang aktif sebanyak 33 responden (39,3%) dan kurang dengan tidak aktif sebanyak 9 responden (10,7%).

Dukungan emosional keluarga dengan keaktifan posyandu lansia kategori baik yang kurang aktif sebanyak 16 responden (19%), kategori cukup yang kurang aktif sebanyak 20 responden (23,8%) dan kategori kurang yang tidak aktif mengikuti posyandu lansia sebanyak 9 responden (10,7%). Dukungan penghargaan kategori cukup yang aktif sebanyak 11 responden (13,1%) dan kurang yang kurang aktif sebanyak 32 responden (38,1%). Harga diri kategori baik yang aktif sebanyak 2 responden (2,4%), kategori cukup yang kurang aktif 18 responden (21,4%) dan harga diri kurang yang kurang aktif mengikuti posyandu lansia sebanyak 21 responden (25%).

Hasil uji *chi square* antara dukungan keluarga dengan keaktifan didapatkan nilai p sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), artinya terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan keaktifan dalam kegiatan posyandu di Desa Bentek.

## 4. Analisis Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian Lansia

Dukungan Keluarga		Kemandirian								Nilai p
		Mandiri		Kurang Mandiri		Tidak Mandiri		Total		
		f	%	f	%	f	%	f	%	
Instrumen tal	Baik	12	14,3	23	27,4	8	9,5	43	51,2	0,003

	Cukup	7	8,3	19	22,6	1	11,0	36	42,9
	Kurang	3	3,6	0	0,0	2	2,4	5	6,0
	Total	22	26,2	42	50,0	2	23,8	84	100
Informasi onal	Baik	3	3,6	2	2,4	0	0,0	5	6,0
	Cukup	18	21,4	32	38,1	1	14,2	62	73,8
	Kurang	1	1,2	8	9,5	8	9,5	17	20,2
	Total	22	26,2	42	50,0	2	23,8	84	100
Emosional	Baik	11	13,1	13	15,5	7	8,3	31	36,9
	Cukup	10	11,9	24	28,6	9	10,7	43	51,2
	Kurang	1	1,2	5	6,0	4	4,8	10	11,9
	Total	22	26,2	42	50,0	2	23,8	84	100
Penghargaan	Baik	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
	Cukup	8	9,5	7	8,3	8	9,5	23	27,4
	Kurang	14	16,7	35	41,7	1	14,2	61	72,6
	Total	22	26,2	42	50,0	2	23,8	84	100
Harga Diri	Baik	2	2,4	1	1,2	1	1,2	4	4,8
	Cukup	12	14,3	19	22,6	8	9,5	39	46,4
	Kurang	8	9,5	22	26,2	1	1,2	41	48,8
	Total	22	26,2	42	50,0	2	23,8	84	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 4. Hasil tabulasi silang antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia. Dukungan keluarga didapatkan tabulasi silang dukungan instrumental keluarga kategori baik yang kurang mandiri sebanyak 23 responden (27,4%), kategori cukup yang kurang mandiri sebanyak 19 responden (22,6%), kurang terdapat tidak mandiri sebanyak 2 responden (2,4%). Dukungan informasional keluarga baik terdapat 3 responden mandiri mengikuti posyandu, kategori cukup yang kurang mandiri sebanyak 32 responden (38,1%) dan kurang dengan kurang mandiri dan sedang tidak mandiri sebanyak 8 responden (9,5%).

Dukungan keluarga dengan kemandirian posyandu lansia kategori baik yang kurang mandiri sebanyak 13 responden (15,5%), kategori cukup yang kurang mandiri sebanyak 24 responden (28,6%) dan kategori kurang yang kurang mandiri mengikuti posyandu lansia sebanyak 5 responden (6,0%). Dukungan penghargaan kategori cukup sebanyak 8 responden (9,5%) mengalami tidak mandiri dan kategori kurang yang kurang mandiri sebanyak 35 responden (41,7%). Harga diri kategori baik dengan yang mandiri sebanyak 2 responden (2,4%), kategori cukup dengan kurang mandiri sebanyak 19 responden (22,6%) dan harga diri kurang dengan kurang mandiri mengikuti posyandu lansia sebanyak 22 responden

(26,2%).

Hasil uji *chi square* antara dukungan keluarga dengan kemandirian didapatkan nilai  $p$  sebesar 0,003, artinya terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kemandirian dalam kegiatan posyandu di Desa Bentek

## Pembahasan

### 1. Dukungan keluarga

Dari hasil penelitian menunjukkan dukungan keluarga pada lansia di Desa Bentek yang kurang sebanyak 61 responden (72,6%). Dukungan keluarga yang kurang terjadi karena keluarga sebagian besar bekerja serta memiliki kesibukan di luar rumah sehingga jarang melakukan komunikasi langsung kepada lansia. Hal ini disebabkan karena rendahnya dukungan penghargaan dan harga diri kepada lansia, keluarga jarang memberikan semangat kepada lansia untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan keluarga juga jarang memuji setiap aktivitas atau hal-hal baik yang dilakukan oleh lansia sehari-hari.

Menurut Setiadi (2015) menjelaskan bahwa Dukungan keluarga dapat berupa instrumental, informatif, emosional, penghargaan. Dukungan keluarga adalah dukungan yang terdiri dari informasi atau nasihat verbal atau nonverbal, bantuan nyata atau bantuan tidak oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran responden yang mendukung serta hal ini mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku penerima, selain itu penerima merasa dipedulikan dihargai atau dicintai (Mahmunah dalam Agustina, 2017).

### 2. Analisis Dukungan Keluarga dengan keaktifan Lansia

Dari hasil penelitian penelitian yang telah dilakukan di Desa Bentek dengan mengambil responden sebanyak 84 orang, dengan hasil terdapat hubungan dukungan keluarga dengan keaktifan lansia dalam kegiatan posyandu. Hasil ini didukung dengan uji statistik yang telah dilaksanakan dimana nilai  $p$   $0,000 < 0,05$ .

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan lansia dalam kegiatan posyandu di Desa Bentek yang tidak aktif sebanyak 40 responden (47,6%). Lansia yang tidak aktif karena lansia lebih menyukai melakukan banyak aktivitas di rumah daripada mengikuti kegiatan lain. hal ini disebabkan karena lansia jarang



mengikuti pendidikan kesehatan yang dilakukan di desa Bentek, lansia disaat mengikuti kegiatan posyandu setelah melakukan pemeriksaan banyak lansia yang langsung pulang sebelum mengikuti penyuluhan kesehatan yang diberikan oleh petugas kesehatan. Lansia juga jarang mengikuti olahraga seperti senam lansia karena menganggap senam lansia tidak penting dan petugas kesehatan juga jarang mengadakan senam lansia di Desa Bentek. Disamping itu lansia juga jarang menjalani pemeriksaan secara berkala/rutin, karena lansia menganggap tidak mempunyai Riwayat penyakit kronis yang perlu untuk diperiksa setiap waktu.

Menurut Ismawati (2017), keaktifan lansia dapat diasumsikan bahwa lansia yang aktif mengikuti setiap kegiatan yang dilaksanakan oleh posyandu lansia. Seperti olahraga senam lansia, kegiatan pendidikan, jalan santai, menjalani pengobatan, pemeriksaan kesehatan secara berkala, pemberian makanan tambahan, maka lansia tersebut termasuk dalam kategori yang aktif. Namun, apabila lansia tidak mengikuti setiap kegiatan yang dilaksanakan oleh posyandu lansia maka mereka tergolong yang tidak aktif.

### 3. Analisis Dukungan Keluarga dengan Kemandirian Lansia

Dari hasil penelitian penelitian yang telah dilakukan di Desa Bentek dengan mengambil responden sebanyak 84 orang, dengan hasil terdapat hubungan dukungan keluarga dengan keaktifan lansia dalam kegiatan posyandu. Hasil ini didukung dengan uji statistik yang telah dilaksanakan dimana nilai  $p = 0,003 < 0,05$

menunjukkan kemandirian lansia yang tidak mandiri sebanyak 67 responden (79,8%). Lansia yang ada di Desa Bentek dalam aktivitas sehari-hari banyak membutuhkan bantuan seperti makan minum dan penyakit rematik. Hal ini disebabkan karena tempat makanan yang sulit dijangkau sehingga membutuhkan bantuan keluarga, aktivitas lansia yang mudah jatuh saat naik turun tangga sehingga tidak dapat dilakukan secara mandiri, bergerak sendiri karena nyeri pada sendi sehingga membutuhkan bantuan mobilitas fisik dengan bantuan. Lansia mengatakan ketika naik turun tangga, sendi terasa nyeri.

Menurut Putri dalam Astika dan Lestari (2023), Perubahan dalam peristiwa kehidupan,

aturan sosial, usia, dan penyakit mempengaruhi kemampuan seseresponden untuk mandiri. Kapasitas fisik menurun seiring bertambahnya usia dan kerentanan penyakit kronis meningkat. Ketergantungan responden tua terutama laki-laki tidak hanya pada aspek fisik, namun juga aspek ekonomi.

### Kesimpulan dan Saran

Dari hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Dukungan keluarga Dengan Keaktifan dan Kemandirian di Posyandu Keluarga Di Desa Bentek Kecamatan Gangga. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi untuk penelitian selanjutnya dan rekomendasi untuk mengembangkan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih banyak, waktu yang lebih panjang, dengan menggunakan desain penelitian yang berbeda dan teknik sampling yang berbeda.

### Rujukan

- Astika, A.L. Octa dan Lestari, Puji. 2023. *HUBungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari*. Community of Publishing in Nursing (COPING), Volume 11, Nomor 1.
- BKKBN. 2015. *Buku Saku Kegiatan KKN Mahasiswa*. Surabaya: Perwakilan BKKBN Provinsi Jawa Timur
- BPS. 2020. *Profil Lansia Provinsi Nusa Tenggara Barat*. NTB: Badan Pusat Statistik
- Danguwole, J., Felpina, Joko, Wiyono, Vita, MA. 2017. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-Hari di Posyandu Lansia Permadi Kelurahan Tlogomas Kota Malang*. Nursing News, Volume 2, Nomor 3. Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang
- Ismawati, D. 2017. *Posyandu Lansia dan Desa Diaga: Panduan Untuk Bidan dan Kader*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Khadijah, siti. 2010. *Pelayanan Kesehatan Lansia Melalui Posyandu Lansia*. Bogor
- Rahmawati, Dian N. 2021. *Hubungan Dukungan Keluarga DAN Peran Kader dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Posyandu*

- Lansia: Studi Literature Review.*  
Publikasi Ilmiah. UMS
- Rosamali, A., dan Sastrawan. 2021. *Manajemen Pelaksanaan Posyandu Keluarga.* Mataram: Sanabil
- Saadah, Nur, Dinar, S. L., dan Desak YK. 2019. *Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Keaktifan Peserta Posyandu Lansia Mengikuti Posyandu Lansia Desa Sudimara dan Desa Gubug Kabupaten Tabanan.* Arc.Com. Health, Volume 6 Nomor 3. Universitas Udayana.
- Setiadi. (2015). *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga.* Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sugianti, Ria dan Kristina, E.N. 2021. *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Posyandu Lansia Dan Kualitas Hidup.* Nusantara Hasana Jurnal, Volume 1, Nomor 3.
- Triningtyas, D., Ariswanti dan Siti, M. 2018. *Konseling Lansia: Upaya Lanjut Usia dalam Membangun Kemandirian Hidup dan Penerimaan Diri terhadap Kesiapan Memasuki Masa Pensiun (Studi pada Lansia di Bina Keluarga Lansia Posyandu Cempaka Kabupaten Ngawi.* Jurnal Konseling Indonesia, Volume 4, Nomor 1. Universitas PGRI Madiun
- World Health Organization. 2018. *Ageing and Health.*