



PERBEDAAN PERSEPSI STRES LANSIA YANG TINGGAL DI KOMUNITAS DAN LANSIA YANG TINGGAL DI INSTITUSI

Differences in The Perception of Stress of Elderly People Living in Communities and Elderly People Living in Institutions

Erlis Julina Putri¹, Khairani²

¹Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

²Bagian Keilmuan Keperawatan Gerontik Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Email: erlisputri@mhs.unsyiah.ac.id, khairani_f.kep@unsyiah.ac.id

ABSTRAK

Stres merupakan masalah yang sering dialami lansia. Stres yang terjadi pada lansia yang tinggal bersama keluarga dan lansia yang tinggal sendiri dapat memberikan respon yang berbeda. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan persepsi stres lansia yang tinggal di komunitas dan lansia yang tinggal di institusi. Jenis penelitian yang digunakan adalah *comperative study* dengan desain *cross sectional study*. Populasi pada penelitian ini adalah 342.657 lansia. Teknik pengambilan sampel adalah *non probability sampling* menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 50 responden di komunitas dan 50 responden di institusi. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale (PSS-10)*. Data penelitian di analisis menggunakan uji *Independent Sampel T-Test*. Hasil penelitian didapatkan persepsi stres lansia berada pada stres sedang (84% di komunitas dan 92% di institusi) sehingga tidak ada perbedaan persepsi stres lansia yang ditinggal di komunitas dan lansia yang tinggal di institusi ($t=0,297$, $p\text{-value}=0,767$, $\alpha=0,05$). Diharapkan kepada kepala institusi dan kepala desa dapat melakukan kegiatan yang dapat mencegah stres pada lansia seperti manajemen stres dan pemberian pendidikan kesehatan terkait stres.

Kata kunci: stres, lanjut usia, komunitas, institusi.

ABSTRACT

Stress is a problem that is often experienced by elderly people. Stress that occurs in elderly people living with their families and elderly people living alone can show different responses. The purpose of this research is to determine the differences in the perception of stress of elderly living in communities and elderly people living in institutions. The type of this research is comparative study with cross-sectional design. The population in this research is 342.657 elderly people. The sampling technique is non-probability sampling using purposive sampling with a total sample of 50 respondents in communities and 50 respondents in institutions. Technique of data collection is using a questionnaire of Perceived Stress Scale (PSS-10). Research data is analyzed using the test of Independent Sample T-Test. The results of the study show that the perception of stress for the elderly people is at a moderate stress (84% in communities and 92% in institutions) so that there are no differences in the perception of stress of the elderly people living in communities and elderly people living in institutions ($t=0,297$, $p\text{-value}=0,767$, $\alpha=0,05$). It is expected for the heads of the institutions and the heads of the communities to organize activities that can prevent stress in the elderly people such as stress management and provision of health education related to stress.

Keywords: stress, elderly, community, institution.

PENDAHULUAN

Populasi lansia secara global diprediksi akan terus mengalami peningkatan. Tahun 2017 populasi lansia yang berusia 60 tahun keatas di dunia mencapai 962 juta jiwa (United Nations, 2017). Jumlah penduduk lansia di Indonesia yang berusia diatas 60 tahun pada tahun 2017

diperkirakan sekitar 23,66 juta jiwa. Pada tahun 2020 jumlah lansia diprediksi akan terus meningkat mencapai 27,08 juta jiwa (Kemenkes RI, 2017). Tahun 2015 jumlah penduduk lansia di Provinsi Aceh yang berusia 60-69 tahun mencapai 3,77% disusul dengan usia 70-79 tahun sebanyak 1,67% dan lansia yang berusia

80 tahun ke atas sekitar 0,57% (Susenas, 2015). Jumlah penduduk lansia yang berusia diatas 60 tahun mencapai angka 342.657 jiwa (Badan Pusat Statistik Aceh Besar, 2018).

Lansia merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap individu. Dalam kehidupannya lansia akan mengalami suatu proses penuaan (Azizah, 2011). Proses menua dapat menimbulkan berbagai perubahan dalam hidup baik secara fisik, biologis, sosial, ekonomi dan mental. Masalah mental yang sering dijumpai pada lansia adalah stres, depresi dan kecemasan (Stanley & Beare, 2007). Lansia yang mengalami masalah mental akan mengalami perasaan tidak berharga, merasa kesepian dan kehilangan (Padila, 2013).

Secara global 15% dari populasi lansia menderita gangguan mental, dan stres merupakan salah satu masalah kesehatan mental utama yang memengaruhi proporsi yang cukup besar (10-55%) dari populasi lansia (Seangpraw, Auttama, Kumar, Somrongthong, Tonchoy & Panta, 2019). Menurut Badan Pusat Statistik (2012) dalam Priyoto (2016), prevalensi kejadian Istress pada lansia di Indonesia mencapai 8,34%. Berdasarkan survey yang dilakukan *YouGov* di Inggris, dari 4.619 responden ditemukan hampir tiga perempat (74%) merasa sangat stres dan tidak mampu mengatasi stress yang dirasakan. Diikuti dengan jejak pendapat yang setuju dengan temuan tersebut sebanyak 82% orang mengalami stres setidaknya bebarapa waktu dalam seminggu dan 8% yang merasakan stres sepanjang waktu (Samele et al, 2018).

Stres pada lansia dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah sumber stres yang terjadi dari dalam diri seseorang, seperti penyakit, harapan dan perasaan. Sedangkan faktor eksternal adalah sumber stres yang berasal dari luar diri seseorang seperti peristiwa, lingkungan dan keluarga (Larson, 2015). Stres pada lansia juga dapat disebabkan oleh bagaimana kesiapan lansia dalam memasuki masa tuanya. Selain itu kehilangan peran sosial, kurangnya perhatian dari keluarga dan tempat dimana mereka tinggal

serta bersama siapa mereka tinggal juga dapat menimbulkan stres (Priyoto, 2016).

Hakikatnya lansia lebih nyaman tinggal bersama dengan keluarga karena adanya keterikatan satu sama lain diantara mereka. Lansia susah untuk beradaptasi dengan lingkungan baru sehingga keluarga menjadi hal yang dapat membantu lansia mendapatkan rasa aman, memiliki identitas diri, dan perasaan positif. Lansia yang tinggal sendiri dengan berbagai alasan akan merasa stres dan kesepian sehingga dukungan yang diberikan oleh keluarga sangat penting meminimalkan tingkat stres pada lansia (Anggraini, Kusuma & Widiani, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Selo, Candrawati dan Putri (2017) tentang perbedaan tingkat stres pada lansia di dalam dan di luar Panti Werdha Pangesti Lawang disimpulkan bahwa 47,6% responden yang tinggal di luar Panti Werdha Pangesti Lawang tidak mengalami stres dan 56,5% lansia mengalami stres ringan. Sedangkan 40,7% yang tinggal didalam Panti Werdha Pangesti Lawang mengalami tingkat stres sedang dan 54,0% lansia mengalami stres berat dikarenakan lansia tidak tinggal bersama keluarga sehingga lansia merasa sendiri dan tidak ada yang memberikan semangat dalam hidupnya. Penelitian lain yang relevan adalah penelitian Teerawichitchainan, Knodel, dan Pothisiri (2015) dimana lansia yang tinggal sendiri cenderung mengalami tekanan psikologis yang lebih besar daripada lansia yang tinggal bersama keluarga.

Berdasarkan uraian diatas yang menjelaskan bahwa persepsi stres pada lansia yang tinggal bersama keluarga dan lansia yang tinggal sendiri dapat memberikan respon yang berbeda, maka peneliti ingin melihat perbedaan antara persepsi stres lansia yang tinggal di bersama keluarga di Desa Mireuk Lam Reudop dan lansia yang tinggal sendiri di UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan desain *crosssectional study* dimana pengumpulan data dilaksanakan tanggal 12 juni-23 juni 2019 di Desa Mireuk Lam

Reudop dan UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang. Teknik pengambilan sampel adalah *non probability sampling* menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 50 responden di komunitas dan 50 responden di institusi.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dengan cara wawancara terpimpin menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10). Pengumpulan data dilakukan setelah mendapatkan surat lulus uji etik dari Komite Etik Penelitian Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala.

Analisa data dilakukan dengan analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat digunakan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel sedangkan analisa bivariat diawali dengan mencari kenormalan data dan dilanjutkan dengan menggunakan Uji *Independent Sampel T-Test*.

HASIL

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Data Demografi Responden.

No	Data Demografi	Komunitas		Institusi	
		f	%	f	%
1.	Usia (menurut WHO):				
	a. 60-79 (<i>elderly</i>)	40	80	45	90
	b. 80-99 (<i>oldest</i>)	8	16	5	10
	c. 100-109 (<i>centenarian</i>)	2	4	0	0
2.	Jenis Kelamin:				
	a. Laki-laki	8	16	15	30
	b. Perempuan	42	84	35	70
3.	Status Perkawinan				
	a. Menikah	36	72	0	0
	b. Belum Menikah	0	0	3	6
	c. Janda	14	28	33	66
	d. Duda	0	0	14	28
4.	Tingkat Pendidikan (menurut UU No. 20 Tahun 2003):				
	a. Tidak Sekolah	8	16	18	36
	b. Dasar	41	82	23	46
	c. Menengah	1	2	5	10
	d. Tinggi	0	0	4	8

No	Data Demografi	Komunitas		Institusi	
		f	%	f	%
5.	Pekerjaan:				
	a. Tidak Bekerja	42	84	41	82
	b. Pensiunan	6	12	9	18
	c. Wiraswasta	2	4	0	0
6.	Kondisi Kesehatan				
	a. Penyakit Akut	6	12	7	14
	b. Penyakit Kronis	44	88	43	86

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa frekuensi lansia terbanyak di komunitas terdapat pada rentang usia 60-79 tahun sebanyak 40 responden (80%). Frekuensi lansia terbanyak di institusi juga terdapat pada rentang usia yang sama sebanyak 45 responden (90%). Berdasarkan jenis kelamin, lansia yang tinggal di komunitas dan di panti didominasi oleh perempuan yang berjumlah 42 responden di komunitas (84%) dan 35 responden di institusi (70%). Status perkawinan lansia yang tinggal di komunitas yang telah menikah sebanyak 36 responden (72%) dan lansia yang tinggal di institusi tertinggi yaitu janda sebanyak 33 responden (66%).

Tingkat pendidikan terakhir lansia yang tinggal di komunitas tertinggi ditempati oleh berpendidikan dasar sebanyak 41 responden (82%) dan pendidikan terakhir lansia yang tinggal di institusi tertinggi juga berada pada tingkat dasar yaitu 23 responden (46%). Berdasarkan jenis pekerjaan, lansia di komunitas dan di institusi tertinggi berada pada tidak bekerja sebanyak 42 responden (84%) dan 41 responden (82%). Penyakit yang menyertai lansia di komunitas dan lansia di institusi tertinggi adalah penyakit kronis dengan 44 responden (88%) di komunitas dan 43 responden (86%) di institusi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Persepsi Stres Lanjut Usia yang Tinggal di Komunitas

No	Tingkat Stres	f	%
1.	Stres Ringan	5	10
2.	Stres Sedang	42	84
3.	Stres Berat	3	6

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan persepsi stres tertinggi lansia di komunitas berada pada stres sedang sebanyak 42 responden (84%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Persepsi Stres Lanjut Usia yang Tinggal di Institusi

No	Tingkat Stres	f	%
1.	Stres Ringan	4	8
2.	Stres Sedang	46	92
3.	Stres Berat	0	0

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa presentase tertinggi persepsi stres lansia yang tinggal di institusi adalah stres sedang yang berjumlah 46 responden (92%).

Tabel 4. Perbandingan Persepsi Stres Lanjut Usia yang Tinggal di Komunitas dan Institusi

	f	Mean	df	t	p-value	α
Komunitas	50	14.70	98	.297	0,767	0,05
Institusi	50	15.08				

Berdasarkan hasil uji *independent t-test* pada tabel 3 didapatkan hasil t adalah 0.297 dan *p-value* yaitu 0,767 dimana *p-value* > 0,05 yang berarti H_0 diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan persepsi stres lansia yang tinggal di komunitas dan lansia yang tinggal di institusi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji *independent t-test* didapatkan bahwa hasil *p-value* yaitu 0,767 dimana *p-value* > 0,05 yang berarti H_0 diterima. Dengan demikian hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan persepsi stres lansia yang tinggal di komunitas dan lansia yang tinggal di institusi.

Hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Selo, Candrawati dan Putri (2017) di dalam dan di luar Panti Werdha Pangesti Lawang yang mengatakan lansia yang tinggal di dalam panti werdha mengalami stres berat sedangkan lansia yang tinggal diluar panti werdha mengalami stres ringan. Hal ini juga bertolak belakang dengan penelitian Teerawichitchainan, Knodel, dan Pothisiri (2015) dimana lansia yang tinggal sendiri cenderung mengalami tekanan psikologis yang lebih besar dari pada lansia yang tinggal bersama keluarga.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan jumlah lansia yang tinggal di komunitas paling banyak mengalami stres sedang sebanyak 84% dan berdasarkan tabel 2.1 menunjukkan lansia yang tinggal di institusi 92% mengalami stres sedang. Hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan Priyoto (2016) yang mengatakan bahwa lansia yang bertempat tinggal bersama keluarga sebagian besar mengalami stres ringan sedangkan lansia yang tinggal di institusi mengalami stres berat.

Persepsi stres lansia di komunitas dan di institusi dapat disebabkan oleh faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada lansia seperti kematian pasangan, isolasi sosial, penyakit fisik yang menyertai, lokasi tempat tinggal dan menurunnya status sosial ekonomi. Penurunan kondisi fisik dan mental sehingga mengakibatkan penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, perubahan kedudukan serta pensiun juga dapat mengakibatkan stres pada lansia (Jeon & Dunkle, 2009).

Sebanyak 84% lansia tidak bekerja dan 12% lansia di komunitas merupakan pensiunan. Sedangkan lansia di institusi 82% tidak bekerja dan 18% pensiunan. Pensiunan merupakan salah satu faktor pencetus stres dan depresi pada lansia (Azizah, 2011). Lansia yang mengalami masa pensiun merasakan kehilangan peran di tempat kerja sehingga membuat lansia memiliki banyak waktu luang dirumah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh kamengbila, Asda dan Pratama (2016) yang menunjukkan 54,8% lansia pensiunan mengalami stres ringan dan 35,5% mengalami stres sedang.

Berdasarkan sebaran data demografi dalam penelitian ini, dapat dilihat bahwa sebagian besar responden berusia 60-79 tahun sebanyak 80% di komunitas dan 90% di institusi. Lansia lebih dari 79 tahun lebih banyak di komunitas 20% daripada di institusi 10%. Hasil pada penelitian ini diperoleh sebanyak 78 lansia (91,76%) dalam kategori *elderly* mengalami stres sedang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Scott, Sliwinski dan Fields (2013) menunjukkan tidak ada hubungan antara usia dengan tingkat stres karena stres

tergantung dari waktu terjadinya, lamanya terpapar stressor serta kuatnya stressor yang dialami.

Jenis kelamin berperan terhadap terjadinya stres. Otak perempuan memiliki kewaspadaan yang negatif terhadap adanya konflik dan stres, pada perempuan konflik memicu hormon negatif sehingga memunculkan stres, gelisah, dan rasa takut. Sedangkan laki-laki umumnya meikmati adanya konflik dan persaingan, bahkan menganggap bahwa konflik dapat memberikan dorongan yang positif. Dengan kata lain, ketika perempuan mendapat tekanan, maka umumnya akan lebih mudah mengalami stres (Nasrani & Purnawati, 2015). Lansia perempuan memiliki tingkat stres lebih tinggi dan memiliki lebih banyak keluhan sehingga ketika mendapatkan tekanan, maka akan lebih mudah mengalami stres (Vafaei, Ahmed, Freire, Zunzunegui & Guerra, 2016).

Berkaitan dengan tingkat pendidikan lansia dengan pendidikan dasar lebih banyak mengalami stres sedang. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Santoso dan Tjhin (2018) yang mengatakan terdapat perbedaan bermakna pada tingkat stres lansia berdasarkan tingkat pendidikan dan status perkawinan. Lansia yang memiliki riwayat pendidikan formal lebih banyak mengalami stres ringan sedangkan lansia yang tidak mengenyam pendidikan formal cenderung mengalami stres berat. Lansia yang kehilangan pasangan lebih rentan mengalami stres berat dan sedang.

Penyakit yang diderita lansia beragam mulai dari hipertensi, diabetes mellitus, gagal jantung, nyeri pinggang hingga rheumatoid arthritis. Penyakit dapat mengakibatkan perubahan fisiologis penderitanya. Perubahan fungsi tersebut dapat memengaruhi kehidupan seseorang sehingga dapat menyebabkan stres bagi lansia yang mengalaminya (Selo, Candrawati & Putri, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Santoso dan Tjhin (2018) menyatakan lansia yang memiliki lebih dari 3 keluhan penyakit lebih banyak mengalami stres sedang.

Banyak faktor yang dapat menyebabkan lansia mengalami stres dalam kehidupannya sehingga keberadaan dan dukungan keluarga sangat penting bagi lansia. Sebuah keluarga harus bisa menjadi penyemangat bagi lansia dalam menjalani sisa hidupnya. Keberadaan keluarga terutama anak sangat dibutuhkan oleh lansia untuk memberikan dukungan fisik dan mental akibat dari proses penuaan yang dialami oleh lansia (Lim & Kua, 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Anggraini, Kusuma dan Widiani (2017) menyebutkan bahwa dukungan sosial sangat berpengaruh pada tingkat stres pada lansia.

Dukungan sosial diperoleh individu dari hasil interaksinya dengan lingkungan sosialnya. Lansia di institusi mendapatkan dukungan sosial dari teman ditempat tinggalnya. Menurut peneliti, lansia yang tinggal di institusi telah menganggap teman lansianya sebagai keluarga. Meskipun lansia tidak mendapatkan dukungan dari keluarganya tetapi lansia tetap mendapatkan dukungan sosial dari temannya. Menurut Santrock (2012) dalam Uraningsari dan Djalali (2016) dukungan sosial berperan penting dalam kesehatan fisik dan mental orang lanjut usia. Dukungan sosial yang memberikan emosi positif adalah keluarga dan teman. Lansia dapat mencurahkan perasaan yang dirasakan dan saling mendukung satu sama lain sehingga stres yang dirasakan tidak menetap. Lansia yang memiliki teman sebaya dapat menumpahkan segala keluh kesah, berbagi nasihat dan saling menjaga satu sama lain. Keberadaan orang lain dan dukungan sosial yang diberikan sangat berarti bagi lansia (Uraningsari & Djalali, 2016).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan persepsi stres lansia yang tinggal di komunitas dan lansia yang tinggal di institusi. Lansia yang tinggal di komunitas 10% mengalami stres ringan, 84% stres sedang dan 6% stres berat serta lansia yang tinggal di institusi 8% stres ringan, 92% stres sedang dan tidak ada lansia yang mengalami stres berat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, P., Kusuma, F. H. D., & Widiani, E. (2017). Hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada lansia di Posyandu Bendungan Desa Landungsari Kecamatan Dau Malang. *Nursing News*, 2(3), 466-477.
- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan lanjut usia* (1st ed.). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- BPS Kabupaten Aceh Besar. (2018). Kecamatan Baitussalam dalam angka 2018. Diakses : 10 Maret 2019. <https://acehbesarkab.bps.go.id/publication/2018/09/26/158a707276ebfee8c2256958/kecamatan-baitussalam-dalam-angka-2018.html>.
- Jeon, H.S., Dunkle, R. E. (2009). Stress and depression among the oldest-old: A longitudinal analysis. *Res Anging*, 31(6), 661-687.
- Kamengbila, F. A., Asda, P., & Pratama, A. B. (2016). Hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres pada lansia pensiunan di RW.04 Tambakbayan Caturtunggal Depok Sleman Yogyakarta tahun 2014. *MIKKI*, 04(01), 191-197.
- Kemendes RI. (2017). Analisis lansia di Indonesia. (2017). Jakarta. Diakses: 12 Oktober 2018. <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/lain-lain/Analisis%20Lansia%20Indonesia%202017.pdf>.
- Lim, L. L., & Kua, E. H. (2011). Living alone, loneliness, and psychological well-being of older persons in Singapore. *Current Gerontology and Geriatrics Research*, 0(0), 1-9.
- Nasrani, L., & Purnawati, S. (2015). Perbedaan tingkat stres antara laki-laki dan perempuan pada peserta yoga di kota Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 4(12), 1-12.
- Padila (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Priyoto (2016). Perbedaan stres pada lansia yang tinggal bersama keluarga di Desa Tebon Kecamatan Barat Kabupaten Magetan dan di UPT PSLU (Pelayanan Sosial Lanjut Usia) Kecamatan Selosari Kabupaten Magetan. *SURYA*, 8(2). 64-70.
- Samele, C, et al. (2018). *Stress: are we coping?*. London: Mental Health Foundation. Diakses : 23 Maret 2019. <https://www.mentalhealth.org.uk/publications/stress-are-we-coping>.
- Santoso, E., & Tjhin, Purnamawati. (2018). Perbandingan tingkat stres pada lansia di panti werdha dan keluarga. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 1(1), 26-34.
- Scott, S. B., Sliwinski, M. J., & Fields, F. B. (2013). Age differences in emotional responses to daily stress: The role of timing, severity, and global perceived stress. *Psychol Aging*, 28(4), 1-27.
- Seangpraw, K., Auttama, N., Kumar, R., Somrongthong, R., Tonchoy, P., & Panta, P. (2019). Stress and associated risk factors among the elderly: a cross-sectional study from rural Thailand. *F1000 Research*, 8(655), 1-9.
- Selo, J., Candrawati, E., & Putri, R. M. (2017). Perbedaan tingkat stress pada lansia di dalam dan di luar Panti Werdha Pangesti Lawang. *Nursing News*, 2(3), 522-533.
- Stanley, M., & Beare, P. G. (2007). *Buku ajar keperawatan gerontik* (2nd ed.). Jakarta: EGC
- Susenas. (2015). *Statistik penduduk lanjut usia 2014*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Teerawichitchainan, B., Knodel, J., & Pothisiri, W. (2015). What does living alone really mean for older persons? a comparative study of Myanmar, Vietnam, and Thailand. *Demographic Research*, 32(1), 1329-1360.
- United Nation (2017). *World population prospects*. New York. Dikutip dari <https://esa.un.org/unpd/wpp/NewYork>.
- Uraningsari, F & Djalali, M. A. (2016). Penerimaan diri, dukungan sosial dan kebahagiaan pada lanjut usia. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01), 15-27.
- Vafaci, A., Ahmed, T., Freire, A.N. F., Zunzunegui, M., & Guerra, R. O. (2016). Depression, sex and gender roles in older adult populations: The international mobility in aging study (IMIAS). *PLoS ONE*, 11(1), 1-15.