

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI OKUPASI MEMBUAT *HANDCRAFT* TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA DI BANJAR DENBANTAS

^{1*}Ni Kadek Laksmi Pradnya Pramita, ²Ni Putu Dita Wulandari, ³Ni Made Dwi Ayu Martini

^{1,2,3}Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali
*Email: pradnyapramita01@gmail.com

Abstrak

Tujuan: Mengetahui pengaruh pemberian terapi okupasi membuat *handcraft* terhadap tingkat stres pada lansia di Banjar Denbantas.

Metode: Penelitian ini menggunakan rancangan *pre-eksperimental* dengan desain *one group pretest-posttest* dengan jumlah sampel 50 responden. Instrumen yang digunakan adalah standar operasional prosedur terapi okupasi membuat *handcraft*, kuesioner tingkat stres, data diuji menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* (p value $<0,05$).

Hasil: Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* setelah diberikan intervensi didapatkan nilai Z hitung -5,638 (Z hitung $> 1,96$) dengan nilai p value 0,000 ($<0,05$) maka dapat disimpulkan H_a diterima dan H_o ditolak atau terdapat pengaruh pemberian terapi okupasi membuat *handcraft* pada Lansia di Banjar Denbantas Tabanan.

Simpulan: Ada pengaruh pemberian terapi okupasi membuat *handcraft* pada lansia di Banjar Denbantas Tabanan.

Kata kunci: Lansia, stres, terapi okupasi membuat *handcraft*

Abstract

Aim: This research aims to determine the effect of occupational therapy on making handicrafts on the elderly in Banjar Denbantas, Tabanan.

Method: This study employed a pre-experimental design with one group pretest-posttest design and a sample size of 50 respondents. Standard operating procedures for occupational therapy for manufacturing handicrafts, as well as stress level surveys, were employed as instruments. The Wilcoxon Sign Rank Test (p -value, = 0, 05) was used to test the data.

Result: The results of the Wilcoxon Signed Rank Test statistic test after being given the intervention obtained a Z count of -5.638 (Z count > 1.96) with a p -value of 0,000 (<0.05) so it can be concluded that H_a is accepted and H_o is rejected or there is an influence of Occupational Therapy Making Handcraft for the Elderly at Banjar Denbantas, Tabanan.

Conclusion: There is an influence of Occupational Therapy Making Handcrafts for Elderly at Banjar Denbantas Tabanan.

Keywords: elderly, stress, occupational therapy to make handicrafts

PENDAHULUAN

Lanjut usia merupakan tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia yang merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dihindari oleh setiap individu.¹ Perjalanan lanjut usia mengalami perubahan pada sistem tubuhnya. Perubahan tersebut meliputi perubahan fisiologis, perubahan fungsional, perubahan kognitif, dan perubahan psikososial.² Jumlah lansia di seluruh dunia saat ini lebih dari 629 juta jiwa dan pada tahun 2025 jumlah lansia diperkirakan akan mencapai 1,2 milyar jiwa. Di Indonesia termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak di dunia.³

Salah satu permasalahan yang terjadi pada lansia adalah stres. Stres adalah gangguan yang dihadapi seseorang akibat tekanan. Tekanan ini muncul dari kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhan atau keinginannya.⁴ Stres merupakan masalah kesehatan jiwa yang paling banyak dihadapi pada lanjut usia. Perubahan – perubahan atau kemunduran yang dialami lanjut usia sangat membawa stres, baik untuk hal baik maupun hal yang lebih buruk.⁵ Prevalensi stres di Amerika, sekitar 75% orang dengan usia lanjut mengalami stres berat dan jumlahnya cenderung meningkat. Sementara itu di Indonesia, sekitar 1,33 juta penduduk diperkirakan mengalami stres. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres berat. Hasil Risesdas, menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional (depresi, stres, ansietas, dan ketidakberdayaan) pada kelompok usia lanjut sebanyak 28,6 %.

Di wilayah kerja Puskesmas Tabanan II Kabupaten Tabanan yang terdiri dari enam desa yaitu jumlah penduduk lanjut usia hampir dari total populasi. Lanjut usia di wilayah ini sangat rentan terhadap stres karena terdapat beberapa karakteristik yang berkontribusi terhadap kondisi psikososial mereka. Dari data diatas menunjukkan bahwa sebagian besar orang dengan lanjut usia memiliki masalah stress yang berbeda-beda tingkatannya.

Stres dapat memberikan dampak negative bagi orang yang mengalaminya maka diperlukan suatu pengelolaan stres yang baik. Mengelola stres dapat dilakukan dengan terapi farmakologi yang meliputi penggunaan obat cemas (*axiolytic*) dan anti depresi (*anti depressant*), serta terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi stres bisa dengan terapi rileksasi, terapi kognitif, musik, spiritual, dan terapi okupasi. Terapi okupasi pada lansia merupakan salah satu alternatif non farmakologi yang mudah dilakukan, mudah dibuat dan mudah digunakan tetapi memberikan manfaat yang besar dalam menurunkan stres. Adapun salah satu tujuan dari terapi okupasi adalah menciptakan kondisi tertentu sehingga klien dapat mengembangkan kemampuan dan membantu melepaskan dorongan emosionalnya secara wajar.⁶

Salah satu bentuk terapi okupasi tersebut adalah kegiatan pelatihan kerajinan tangan. Kerajinan adalah hal yang berkaitan dengan buatan tangan atau kegiatan yang berkaitan dengan barang yang dihasilkan melalui keterampilan tangan. Industri kreatif dengan pemanfaatan bahan-bahan daur ulang dapat di pandang sebagai suatu sarana untuk peningkatan kesehatan. Pada saat pembuatan kerajinan tangan itu lansia akan dapat merasakan melakukan kegiatan positif yang dapat menghasilkan sesuatu benda yang berguna sehingga kegiatan tersebut dapat mempengaruhi pikiran dan perasaan positif.⁷ Hasil penelitian Idris *et al.*, menyatakan terapi okupasi ternyata lebih signifikan berpengaruh terhadap penurunan tingkat stress dibandingkan dengan logoterapi. Pemberian terapi okupasi yang sangat dilakukan secara senang dan sangat terbuka dapat menurunkan tingkat stress lansia. Setelah wawancara dengan semua lansia yang diberi perlakuan terapi okupasi, mengatakan perasaan mereka terasa lega dan seperti terlepas beban hidup mereka.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 30 Mei 2023 di Banjar Denbantas jumlah lansia sebanyak 175 orang. Hasil kuisisioner menggunakan PSS-10 didapatkan tujuh dari 10 lansia mengalami stress ringan.

Hasil wawancara dengan lansia mengatakan penyebab stres yang dialami akibat beberapa faktor seperti penyakit yang diderita, kehilangan orang yang disayang, mengasuh cucu, kurangnya dukungan keluarga dan masalah ekonomi. Keluhan psikologis seperti mudah marah, terkadang merasa sedih, merasa tidak berdaya, merasa tidak berguna juga dirasakan oleh lansia. Lansia tidak mengetahui bahwa dirinya stres dan cara untuk mengurangi stres.

Berdasarkan dari fenomena yang terjadi di masyarakat banjar denbantas dan teori-teori yang ada, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Terapi Okupasi Membuat *Handcraft* Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia”

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan *pre-eksperimental* dengan desain *one group pretest-posttest* dengan jumlah sampel 50 responden. Instrumen yang digunakan adalah standar operasional prosedur terapi okupasi membuat *handcraft*, kuesioner tingkat Pengukuran reliabilitas pada PSS-10 didapatkan dengan menggunakan koefisien reliabilitas Cronbach Alpha. Koefisien reliabilitas bergerak dari angka 0 sampai dengan angka 1. Apabila koefisiennya semakin mendekati angka 1 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Jika reliabilitas semakin tinggi, maka konsistensinya semakin baik dan alat ukur dapat dikatakan reliabel⁸ dan data diuji menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test*. Keterangan lolos kaji etik No : 241/EA/KEPK-BUB-2023.

Tabel 1

Tingkat Stres Sebelum Pemberian Terapi Okupasi Membuat *Handcraft* Pada Lansia di Banjar Denbantas Tabanan

Kategori	<i>f</i>	%
Stres Ringan	4	8,0
Stres Sedang	29	58,0
Stres Berat	27	34,0
Total	50	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil *pre-test* dengan mayoritas kategori stres responden yaitu stres sedang sebanyak 29 responden dengan presentase (58.0%).

Tabel 2

Tingkat Stres Sesudah Pemberian Terapi Okupasi Membuat *Handcraft* Pada Lansia di Banjar Denbantas Tabanan

Kategori	<i>f</i>	%
Stres Ringan	36	72,0
Stres Sedang	14	28,0
Stres Berat	0	0
Total	50	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil *post-test* dengan mayoritas kategori stres responden yaitu stres ringan sebanyak 36 responden dengan presentase (72.0%).

Analisis Bivariat

Tabel 3
Pengaruh Pemberian Terapi Okupasi Membuat Handcraft Pada Lansia di Banjar Denbantas Tabanan

Tingkat Stess	N	Z	P-value
<i>pre-test</i>	50	-5,638	0,000
<i>post-test</i>	50		

Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* yang diberikan intervensi terapi okupasi membuat *handcraft* pada lansia di Banjar Denbantas Tabanan, didapatkan data yang memperlihatkan bahwa setelah diberikan intervensi terjadi penurunan tingkat stres. Diketahui negative rank sebanyak 38 orang yang mengalami penurunan tingkat stres pada lansia, positive rank sebanyak 0 orang yang tidak terjadi peningkatan tingkat stres pada lansia dan nilai ties 12 orang yang memiliki nilai yang sama saat *pre-test* dan *pos-test*, dengan nilai rata-rata mean rank 19.50 dan total ranking negatif atau sum of rank 741.00 dengan nilai Z hitung -5,638 (Z hitung > 1,96) dengan nilai *p-value* 0.000 (<0,05) maka dapat disimpulkan H_a diterima dan H_o ditolak atau terdapat Pengaruh Pemberian Terapi Okupasi Membuat *Handcraft* Pada Lansia di Banjar Denbantas Tabanan

PEMBAHASAN

Analisis Tingkat Stres Sebelum Pemberian Terapi Okupasi Membuat *Handcraft* Pada Lansia di Banjar Denbantas Tabanan

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui hasil *pre-test* dengan mayoritas kategori stres responden yaitu stres sedang sebanyak 29 responden dengan presentase (58.0%). Stres adalah respons individu terhadap perubahan dalam situasi atau situasi yang mengancam.⁹ Stres pada lansia dapat didefinisikan sebagai tekanan yang diakibatkan oleh stressor berupa perubahan yang menuntut adanya penyesuaian dari lansia. Tingkat stres pada lansia tergantung tinggi rendahnya tekanan yang dirasakan atau dialami.¹⁰ Stres dapat memberikan dampak negative bagi orang yang mengalaminya maka diperlukan suatu pengelolaan stres yang baik. Mengelola stres dapat dilakukan dengan terapi farmakologi yang meliputi penggunaan obat cemas (*axiolytic*) dan anti depresi (anti depressant), serta terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi stres bisa dengan terapi rileksasi, terapi kognitif, musik, spiritual, dan terapi okupasi. Terapi okupasi pada lansia merupakan salah

satu alternatif non farmakologi yang mudah dilakukan, mudah dibuat dan mudah digunakan tetapi memberikan manfaat yang besar dalam menurunkan stres. Adapun salah satu tujuan dari terapi okupasi adalah menciptakan kondisi tertentu sehingga klien dapat mengembangkan kemampuan dan membantu melepaskan dorongan emosionalnya secara wajar.⁶ Terapi okupasi efektif dalam meningkatkan dan mempertahankan produktifitas lansia, membantu menjalani kehidupan yang mandiri dan produktif dengan membiarkan pulih atau mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan. Melalui terapi okupasi dihasilkan karya kerajinan tangan, menunjukkan kebersihan, kerapihan pribadi yang semuanya merupakan aktivitas sehari-hari yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana diskusi dengan topik tertentu untuk mengisi waktu luang lansia.¹¹

Menurut penelitian sebelumnya yang mendapatkan ada pengaruh pemberian terapi okupasi terhadap stres pada lansia dengan nilai signifikansi *p value* 0,000.¹² Terapi okupasi meningkatkan kemampuan individu untuk terlibat aktivitas hidup sehari-hari. Terapi okupasi bertujuan mengembangkan, memelihara, memulihkan fungsi dan atau mengupayakan

kompensasi/adaptasi untuk aktifitas sehari-hari, produktivitas dan luang waktu melalui pelatihan, remediasi, stimulasi dan fasilitasi. Terapi okupasi merupakan suatu bentuk psikoterapi suportif berupa aktivitas-aktivitas yang membangkitkan kemandirian secara manual, kreatif dan edukasional untuk penyesuaian diri dengan lingkungan dan meningkatkan derajat kesehatan fisik dan mental pasien sehingga mampu menurunkan tingkat stres saat menghadapi masalah pada lansia.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas responden yang mengalami stres berjenis kelamin perempuan sebanyak 37 orang dengan presentase (74,0 %) dan rata-rata usia responden yang mengalami stres adalah 66 tahun dengan usia terendah 60 tahun dan usia tertinggi 73 tahun. Lanjut usia merupakan tahap akhir siklus perkembangan manusia. Memasuki tahap lansia mulai mengalami penurunan fungsi dari organ tubuh seperti penglihatan, pendengaran berkurang, kulit mulai keriput, rambut mulai berubah warna, bertambahnya usia pada perempuan akan mengalami menopause dimana keadaan ini akan sangat mempengaruhi emosi yang ada pada perempuan. Semakin bertambahnya usia akan mengalami perubahan kondisi fisiologis salah satunya perubahan psikososial yaitu stress. Lansia yang mengalami stres dapat dilihat dari perubahan-perubahan fisiknya seperti pemarah, pemurung, cemas, gelisah, sedih, depresi, pesimis, menangis, mood atau suasana hati sering berubah-ubah, harga diri menurun atau merasa tidak aman, mudah tersinggung.¹³

Perubahan yang terjadi pada lansia diantaranya perubahan fisik, perubahan mental, psikososial, perkembangan spiritual, dan membuat lansia menarik diri tentang kehidupan pribadinya sehingga tingkat kebermaknaan hidupnya menurun, sehingga perlu penanganan yang tepat, salah satunya adalah dengan menggunakan terapi okupasi. Terapi okupasi merupakan bentuk psikoterapi supportif berupa aktivitas-aktivitas yang membangkitkan

kemandirian secara manual, kreatif dan edukasional. Terapi ini bertujuan untuk mengembangkan, memelihara, memulihkan fungsi atau mengupayakan adaptasi untuk aktifitas sehari-hari, produktivitas dan luang waktu.¹⁴

Peneliti berasumsi bahwa terapi okupasi dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan derajat kesehatan fisik melalui aktivitas hidup sehari-hari. Bertambahnya usia juga akan mempengaruhi tingkat stres, pada perempuan tingkat stres dipengaruhi oleh menopause karena terjadi perubahan emosi.

Analisis Tingkat Stres Sesudah Pemberian Terapi Okupasi Membuat *Handcraft* Pada Lansia di Banjar Denbantas Tabanan

Hasil penelitian ini didapatkan perbedaan hasil *post-test* pemberian terapi okupasi membuat *handcraft* pada lansia dengan mayoritas kategori stres responden yaitu stres ringan sebanyak 36 responden dengan presentase (72.0%). Hasil penelitian ini didukung penelitian sebelumnya yang didapatkan adanya perubahan tingkat stres sebelum dan sesudah terapi okupasi dimana lansia yang diberikan terapi okupasi akan lebih merasa senang dan bahagia dengan adanya aktivitas rutin seperti rekreasi serta mempunyai hubungan sosial dengan kelompok seusianya, karena hal tersebut dapat mengisi waktu luang mereka sehingga mampu menurunkan tingkat stress.¹⁵

Perbedaan tingkat stress sebelum dan sesudah pemberian terapi okupasi membuat *handcraft* dikarenakan secara psikologi kegiatan membuat produk kerajinan tangan merupakan kegiatan yang menyenangkan. Meningkatnya keterampilan motorik diakibatkan karena kegiatan kerajinan tangan merupakan kegiatan yang melibatkan secara langsung anggota gerak motorik halus seperti jari jemari, koordinasi mata, serta otot lengan. Anggota gerak motorik halus tersebut banyak terlibat selama proses pembuatan kerajinan tangan seperti ketika memotong bahan menggunakan alat, merangkai dan membentuk bahan, serta finalisasi produk

kerajinan tangan agar lebih indah dan memiliki nilai estetika yang lebih tinggi. Terapi seni handcraft membawa pengaruh positif pada lansia yang mengalami stres, karena menurut para lansia selain kegiatannya menyenangkan terapi seni dapat meningkatkan kedekatan hubungan antar sesama lansia lainnya.⁷

Pada penelitian ini terapi okupasi dilakukan 2 kali seminggu selama 2 minggu didapatkan responden banyak mengalami penurunan tingkat stres. Salah satu upaya mengatasi stres adalah dengan metode terapi seni. Pada pembuatan kerajinan tangan tersebut peserta akan merasa dapat melakukan kegiatan positif yang dapat menghasilkan sesuatu benda yang berguna sehingga kegiatan tersebut dapat mempengaruhi pikiran dan perasaan positif untuk peserta.⁷ Membuat kerajinan tangan merupakan salah satu aktivitas lansia di waktu luang sebagai bentuk psikoterapi suportif berupa aktivitas yang membangkitkan kemandirian secara manual, kreatif, dan edukasional untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan meningkatkan derajat kesehatan fisik dan mental. Kegiatan di waktu luang terapi okupasi ini layak diterapkan pada lansia karena memiliki efek menstimulasi emosi dan perasaan positif. Aktivitas di waktu luang memberikan efek santai yang akan menyebabkan pengeluaran hormon *enkephalin* yang dapat mengubah suasana hati atau perasaan dan meningkatkan kesejahteraan.¹⁶

Hasil penelitian ini juga didukung penelitian yang dilakukan oleh Widari, (2016) diketahui nilai $p < 0,05$ yang artinya ada pengaruh penerapan terapi okupasi terhadap tingkat stres pada lansia.⁶ Terapi okupasi pada lansia merupakan salah satu alternatif non farmakologi yang mudah dilakukan, mudah dibuat dan mudah digunakan tetapi memberikan manfaat yang besar dalam menurunkan stres. Tujuan dari terapi okupasi adalah menciptakan kondisi tertentu sehingga klien dapat mengembangkan kemampuan untuk dapat berhubungan dengan orang lain dan masyarakat sekitarnya, membantu klien

melepaskan dorongan emosionalnya secara wajar, membantu klien untuk menemukan kegiatan yang sesuai dengan bakat dan kondisi klien, mengembalikan fungsi fisik, meningkatkan gerak sendi, otot, koordinasi Gerakan dan mengajarkan aktivitas sehari – hari sehingga klien memiliki ketrampilan yang disukai dan bisa dilakukan saat klien merasa stres.

Analisis Pengaruh Pemberian Terapi Okupasi Membuat Handcraft Pada Lansia di Banjar Denbantas Tabanan

Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* setelah diberikan intervensi terapi okupasi membuat handcraft pada lansia di Banjar Denbantas Tabanan, didapatkan nilai Z hitung - 5,638 ($Z \text{ hitung} > 1,96$) dengan nilai $p\text{-value}$ 0.000 ($<0,05$) maka dapat disimpulkan H_a diterima dan H_0 ditolak atau terdapat Pengaruh Pemberian Terapi Okupasi Membuat Handcraft Pada Lansia di Banjar Denbantas Tabanan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Gemini, (2020) kegiatan terapi okupasi pada lansia dengan melakukan kegiatan kerajinan tangan dari sedotan diperoleh hasil observasi lansia tampak semangat dan gembira melakukan kegiatan tersebut, karena kegiatan tersebut baru pertama kali dilakukan dipanti werdha sehingga menambah pengalaman lansia dalam berkarya dan memberikan manfaat lansia menjadi rileks membuat pikiran menjadi tenang dan bisa menurunkan tingkat stres.¹⁴

Hasil penelitian ini didukung penelitian sebelumnya yang diperoleh hasil uji statistik nilai $p\text{-value}$ 0,00 ($\alpha < 0,05$) hal tersebut menunjukkan bahwa penerapan terapi okupasi (senam ergonomik) terhadap adaptasi stres pada lansia. Penerapan terapi okupasi (senam ergonomik) efektif terhadap adaptasi stres jika dilakukan secara teratur.¹⁷ Salah satu manfaat terapi okupasi (senam ergonomik) dapat digunakan sebagai pengalihan perhatian atau pikiran serta relaksasi yang berpengaruh terhadap tingkat stres pada lansia. Terapi okupasi (senam ergonomik) seseorang yang

mengalami stres akan dikembalikan ke arah hidup yang lebih normal dan tetap ke arah hidup yang produktif. Penelitian ini juga didukung penelitian sebelumnya Haq *et al.*, bahwa terapi okupasi dapat digunakan sebagai alternatif dalam meningkatkan kognitif pada lansia, didapatkan uji statistik nilai *p-value* 0,000 dan disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan penerapan terapi okupasi kerajinan tangan terhadap tingkat kognitif lansia.¹⁸ Terapi okupasi yaitu kerajinan tangan bermanfaat sebagai pengalihan perhatian atau pikiran sehingga dapat mengurangi tingkat depresi yang berpengaruh pada status kognitif seseorang. Terapi okupasi membantu individu yang mengalami gangguan dalam fungsi motorik, sensorik, kognitif juga fungsi sosial yang menyebabkan individu tersebut mengalami hambatan dalam melakukan aktivitas perawatan diri, aktivitas produktivitas, dan dalam aktivitas untuk mengisi waktu luang. Penerapan terapi okupasi memberikan pengaruh terhadap peningkatan status kognitif pada lansia jika dilakukan secara teratur.

SIMPULAN

1. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil *pre-test* dengan mayoritas kategori stres responden yaitu stres sedang sebanyak 29 responden dengan presentase (58.0%).
2. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil *post-test* dengan mayoritas kategori stres responden yaitu stres ringan sebanyak 36 responden dengan presentase (72.0%).
3. Terdapat pengaruh pemberian terapi okupasi membuat *handcraft* pada Lansia di Banjar Denbata Tabanan. Hasil uji statistik nilai *p value* 0.000 (<0,05) dengan *z* hitung -5,638 (*z* hitung > 1,96).

REFERENSI

1. Annisa, D. F & Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor* Volume 5.
2. Jaka S, R., Prabowo, T., & Dewi S, W. (2016). *Senam Lansia dan Tingkat Stres*

pada Lansia di Dusun Polaman Argorejo Kecamatan Sedayu 2 Kabupaten Bantul Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 3 (2), 110. [https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(2\).110-115](https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(2).110-115)

3. Sari, M. T., & Susanti. (2017). Gambaran Kualitas Hidup Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur dan Lansia di Kelurahan Paal V- Kota Jambi.
4. Katuuk, M. & Wowor, M. 2018. Hubungan Kemunduran Fisiologis Dengan Tingkat Stres Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Kakaskasen Kecamatan Tomohon Utara. *Jurnal Keperawatan*. Vol. 6(1): 1-7.
5. Andriyani, J. (2019). *Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis*. At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam, 2(2), 37. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6527>
6. Ni Putu Widari, M. E. T. (2016). *Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia*. 11.
7. Nugrahani, Y., Wulandari, I. S., & Putri, N. R. (2017). *Pengaruh Pembuatan Seni Handcraft Terhadap Tingkat Stress Pada Lansia Di Panti Wreda Dharma Bhakti Kasih Surakarta*. *Neuropsychology*, 3(8), 85–102. http://clpsy.journals.pnu.ac.ir/article_3887.html
8. Azwar, S. 2012. Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
9. Hidayati, L. N., & Harsono, M. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18,1, 20-30
10. Ilham, R., Ibrahim, S. A., & Igrisa, M. D. P. (2020). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 2 (1), 12–23. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v2i1.4349>
11. Kaharingan, E., Bidjuni, H., & Karundeng, M. (2015). Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Kebermaknaan Hidup pada Lansia di Panti Werdha Damai

- Ranomuut Manado. Suparyanto Dan Rosad (2015, 3(2), 1–8.
12. Purnamaningsih, A. S. H. I. S. S. E. (2017). Pengaruh Terapi Okupasi Terhadap Stres Pada Lansia. 778–783.
 13. Karepowan, S. R., & Wowor, M. (2018). Hubungan kemunduran fisiologis dengan tingkat stres pada lanjut usia di Puskesmas Kakaskasen Kecamatan Tomohon Utara. *E-Journal Keperawatan*, 6(1), 1163–1178.
 14. Gemini, Savitri., Eltrikanawati., Kusmita, Eis., Meidiana., Febriani, Muthia., Othaharyani, Riskianty., Romauli, S. (2020). *Pengabdian Masyarakat: Terapi Okupasi Pada Lansia Dengan Tema “Lansia Mampu Berkarya” Di Panti Werha Sukacita Batam*. *Dedikasi Pengabdian Masyarakat*, 01(01), 27–35.
 15. Ponto, dewantari L., Bidjuni, H., & Karundeng, M. (2015). Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Penurunan Stres Pada Lansia Di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado. *Ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 3(2), 1–7.
 16. Diana, P., Suwena, I. K., & Wijaya, N. M. S. (2017). Peran dan Pengembangan Industri Kreatif Dalam Mendukung Pariwisata di Desa Mas dan Desa Peliatan, Ubud. *Fakultas Pariwisata, Universitas Udayana, Denpasar Bali*, 17(2), 84– 92.
 17. Nur Daifatur Rohmah, Diyan Indriyani, Y. S. (2018). Efektifitas Terapi Okupasi (Senam Ergonomik) Terhadap Adaptasi Stres Pada Lansia Di Upt Pstw Jember. 30, 1–11.
 18. Haq, Y. E., Fauziah², S. A., Sri, D. A., (2020). Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Kerajinan Tangan Terhadap Tingkat Kognitif Lansia Di Panti Werdha Bina Bhakti Serpong. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, III, 98–104. <http://jurnal.stikesimcbintaro.ac.id/index.php/djs/article/view/93>