

**STUDI KASUS: PENATALAKSANAAN TERAPI *BUTTERFLY HUG*
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA
YANG HIDUP SENDIRI**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi sebagai syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan



Oleh

Dianita Nova Azhara

NIM 2110053

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2024

LEMBAR HAK CIPTA

STUDI KASUS: PENATALAKSANAAN TERAPI *BUTTERFLY HUG*
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA
YANG HIDUP SENDIRI

Oleh

Dianita Nova Azhara

NIM 2110053

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi DIII Keperawatan
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Dianita Nova Azhara

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2024

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Karya Tulis Ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan
dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penuli

HALAMAN PENGESAHAN

DIANITA NOVA AZHARA

STUDI KASUS: PENATALAKSANAAN TERAPI *BUTTERFLY HUG*
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA YANG
HIDUP SENDIRI

disetujui dan disahkan oleh pembimbing

Pembimbing Utama



Irma Darmawati, M.Kep., Ns., Sp., Kep.Kom
NIPT 920200419870509201

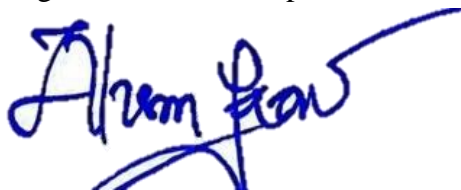
Pembimbing Pendamping



Sri Sumartini, S.Kp., M.Kep
NIP 198002252015042001

Mengetahui

Ketua Program Studi DIII Keperawatan FPOK UPI



Dr. Lisna Anisa Fitriana., S.Kep., Ners., M.Kes., AIFO
NIP 198202222012122003

PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul “**Studi Kasus: Penatalaksanaan Terapi *Butterfly Hug* terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Lansia yang Hidup Sendiri**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Agustus 2024
Yang Menyatakan



Dianita Nova Azhara
NIM 2110053

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Berkat rahmat dan bimbingan-Nya saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul **“Studi Kasus: Penatalaksanaan Terapi *Butterfly Hug* terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Lansia yang Hidup Sendiri”** dengan baik.

Karya Tulis Ilmiah ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia

Bersama ini perkenankahlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Prof. Dr. R. Boyke Mulyana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Dr. H. Dian Budiana, M.Pd selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Prof. Dr. Komarudin, M.Pd Selaku Wakil Dekan Wakil Dekan Bidang Sumber Daya, Keuangan dan Umum Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia
5. Dr. Lisna Anisa Fitriana, S.Kep., Ners., M.Kes., AIFO selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia
6. Irma Darmawati, M.Kep., Ns., Sp., Kep.Kom selaku Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, saran, serta dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Sri Sumartini, S.Kp., M.Kep. selaku Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, saran, serta dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

8. Tirta Adikusuma, S.Kep., Ners., M.Kep selaku penguji utama yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, saran, serta dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Seluruh dosen dan staf Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia yang telah membekali ilmu pengetahuan yang sangat berguna selama perkuliahan
10. Orang tua saya dan keluarga yang selalu mencintai, mendoakan, mendampingi dan membiayai segala kebutuhan dan memberikan cambukan agar selalu tetap semangat. Semoga Allah SWT memberi saya kesempatan untuk membalas kebaikan beliau kelak.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah .

Penulis sadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini jauh lebih sempurna, tetapi kami berharap Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi keperawatan.

Penulis

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan bimbingan-Nya saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “**Studi Kasus: Penatalaksanaan Terapi *Butterfly Hug* terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Lansia yang Hidup Sendiri**” dengan baik. Adapun tujuan saya dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis menerima kritik dan saran dari seluruh pihak, senantiasa dalam upaya menyempurnakan tulis ilmiah ini. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan meningkatkan pengetahuan kita semua, terutama penulis yang sifatnya membangun agar dalam penyusunan karya tulis selanjutnya dapat menjadi lebih baik.

Penulis

ABSTRAK

STUDI KASUS: PENATALAKSANAAN TERAPI *BUTTERFLY HUG* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA YANG HIDUP SENDIRI

Dianita Nova Azhara

NIM 2110053

E-mail: dianitanovaa@upi.edu

Pendahuluan: Lansia yang hidup sendiri memiliki kondisi mental atau emosional yang kurang baik seperti kesepian, depresi, kecemasan, perasaan tidak berharga, kehilangan dan ketidakamanan yang disebabkan karena kurangnya dukungan sosial dan interaksi dengan orang lain. Salah satu intervensi kecemasan pada lansia yang hidup sendiri adalah terapi *butterfly hug*. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perbedaan tingkat kecemasan pada pasien lansia yang hidup sendiri sebelum dan sesudah penerapan terapi *butterfly hug*. **Metode:** Penelitian ini menggunakan penelitian studi kasus dan pendekatan pemberian asuhan keperawatan pada dua pasien lansia yang hidup sendiri berusia 60-70 tahun, mengalami kecemasan tingkat sedang. Intervensi terapi *butterfly hug* dilakukan setiap hari selama 14 kali kunjungan dengan durasi 10-15 menit selama 14 kali dengan teknik tangan menyilang ke pundak seperti memeluk diri sendiri dan ditepuk secara bergantian. Penilaian tingkat kecemasan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*. **Hasil:** Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan pada kedua pasien. Pada pasien 1 dengan skor kecemasan dari 27 menjadi 15 (kecemasan sedang ke ringan). Pada pasien 2 dengan skor kecemasan dari 26 menjadi 21 (kecemasan sedang). **Diskusi:** Terapi *Butterfly Hug* dapat merangsang hormon hipotalamus, produksi serotonin dan hormon endofrin dengan yang dapat menyebabkan relaksasi pada otot-otot tubuh, selain itu juga dapat mengurangi ketegangan fisik yang seringkali terkait dengan kecemasan selain itu *butterfly hug* dapat menurunkan respons fisiologis terhadap kecemasan, seperti penurunan denyut jantung, penurunan tekanan darah, dan penurunan tingkat hormon stres. **Kesimpulan:** Terapi *butterfly hug* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada lansia yang hidup sendiri.

Kata Kunci : Lansia hidup sendiri, Kecemasan, *Butterfly Hug*, Terapi Relaksasi

ABSTRACT

CASE STUDY: MANAGEMENT OF BUTTERFLY HUG THERAPY ON ANXIETY LEVELS IN ELDERLY WHO LIVE ALONE

Dianita Nova Azhara

NIM 2110053

E-mail: dianitanovaa@upi.edu

Introduction: *Elderly people who live alone have poor mental or emotional conditions such as loneliness, depression, anxiety, feelings of worthlessness, loss and insecurity caused by a lack of social support and interaction with others. One of the anxiety interventions in the elderly who live alone is butterfly hug therapy.*

Objective: *This study aims to describe the difference in anxiety levels in elderly patients who live alone before and after the application of butterfly hug therapy.*

Methods: *This study uses case study research and a nursing care delivery approach in two elderly patients who live alone aged 60-70 years, experiencing moderate to mild anxiety. The butterfly hug therapy intervention was carried out for 14 visits with a duration of 10-15 minutes with the technique of crossing your arms over your shoulders like hugging yourself and being patted alternately. Assessment of anxiety levels using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire.*

Results: *From this study, it was found that there was a decrease in the level of both patients. In patient 1, the anxiety score went from 27 to 15. In patient 2, the anxiety score went from 26 to 21. Both patients experienced differences in the decrease in anxiety levels, namely patient 1 decreased to mild anxiety while patient 2 only decreased in score and was still at a moderate level of anxiety.*

Discussion: *Butterfly Hug can stimulate hypothalamic hormones, serotonin production and endocrine hormones with which can cause relaxation in the muscles of the body, in addition to the hug.*

Conclusion: *Butterfly hug therapy can reduce anxiety levels in elderly people who live alone.*

Keywords : *Elderly living alone, Anxiety, Butterfly Hug, Relaxation Therapy*

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat bagi Pasien	6
1.4.2 Manfaat bagi Peneliti	6
1.4.3 Manfaat bagi Lembaga Pendidikan.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
1.1 Konsep Lansia.....	8
1.1.1 Definisi Lansia	8
1.1.2 Karakteristik Lansia	8
1.1.3 Perubahan yang terjadi pada Lanjut Usia.....	9
1.2 Konsep Kecemasan	10
2.2.1 Definisi.....	10
2.2.2 Tingkat Kecemasan	10
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan	11
2.2.4 Penyebab Kecemasan pada Lansia.....	12
2.2.5 Adaptasi Kehilangan pada Lansia.....	12

2.3	Terapi Butterfly Hug	15
2.3.1	Pengertian Terapi <i>Butterfly Hug</i>	15
2.3.2	Tujuan Terapi <i>Butterfly Hug</i>	15
2.3.3	Manfaat Terapi <i>Butterfly Hug</i>	15
2.3.4	Langkah – Langkah Terapi <i>Butterfly Hug</i>	16
2.3.5	Pengaruh Terapi <i>Butterfly Hug</i> terhadap Kecemasan	17
2.4	Penelitian Terkait Penatalaksanaan <i>Butterfly Hug</i>	18
2.5	Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Kecemasan	19
2.4.1	Pengkajian Keperawatan	19
2.4.2	Diagnosa Keperawatan	21
2.4.3	Intervensi Keperawatan	22
2.4.4	Implementasi Keperawatan	24
2.4.5	Evaluasi Keperawatan	24
2.6	Kerangka Teori	25
BAB III METODE PENELITIAN		26
3.1	Pendekatan Penelitian	26
3.2	Subjek Penelitian	26
3.2.1	Kriteria Inklusi	26
3.2.2	Kriteria Eksklusi	26
3.3	Fokus Studi	26
3.4	Definisi Operasional	27
3.5	Instrumen Penelitian	27
3.6	Metode Pengumpulan Data	28
3.6.1	Proses Pengumpulan Administrasi	28
3.6.2	Proses Pengumpulan Data	28
3.6.3	Cara Kerja Teknik <i>Butterfly Hug</i>	29
3.7	Metode Uji Keabsahan Data	29
3.8	Lokasi Dan Waktu Penelitian	30
3.9	Analisis Data dan Penyajian Data	30
3.9.1	Pengumpulan Data	30
3.9.2	Pengolahan Data	30
3.9.3	Penyajian Data	30

3.9.4	Penarikan Kesimpulan	30
3.10	Etika Penelitian	30
3.10.1	<i>Informed Consent</i>	30
3.10.2	<i>Anonymity</i>	30
3.10.3	<i>Confidentiality</i>	31
3.10.4	<i>Beneficence</i>	31
3.10.5	<i>Respect Of Human Gignity</i>	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		32
4.1	Hasil Studi Kasus	32
4.1.1	Gambaran Lokasi Studi Kasus	32
4.1.2	Karakteristik Pasien	32
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	41
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI		42
5.1	Simpulan	42
5.2	Implikasi dan Rekomendasi	42
5.2.1	Bagi Pasien.....	42
5.2.2	Bagi Penulis Selanjutnya.....	42
5.2.3	Bagi Lembaga Kesehatan dan Pendidikan.....	42
DAFTAR PUSTAKA		43
LAMPIRAN.....		47

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Intervensi Keperawatan.....	22
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	27

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Posisi Duduk Nyaman dan Rileks.....	16
Gambar 2. 2 Posisi Menyalangkan Kedua Tangan Dipundak.....	16
Gambar 2. 3 Tutup Kedua Mata.....	16
Gambar 2. 4 Posisi Tepuk Kedua Tangan Seperti Kupu – Kupu.....	17
Gambar 2. 5 Posisi Tarik Nafas Dalam.....	17
Gambar 2. 6 Hubungan Konsep Lansia dengan Gangguan Kecemasan.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Tingkat Kecemasan	47
Lampiran 2 Standar Prosedur Operasional	51
Lampiran 3 Surat Izin Studi Pendahuluan	53
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian Prodi	54
Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden	55
Lampiran 6 <i>Informed Consent</i> Pasien I.....	56
Lampiran 7 <i>Informed Consent</i> Pasien II	57
Lampiran 8 Asuhan Keperawatan Pasien I	58
Lampiran 9 Asuhan Keperawatan Pada Pasien II	88
Lampiran 10 Lembar Observasi Kuesioner HARS Pasien I.....	115
Lampiran 11 Lembar Observasi Kuesioner HARS Pasien II.....	122
Lampiran 12 Dokumentasi Tindakan.....	129
Lampiran 13 Lembar Kegiatan Bimbingan.....	130
Lampiran 14 Riwayat Hidup	135

DAFTAR PUSTAKA

- A.A, M. P., & Boy, E. (2020). Prevalensi Nyeri Pada Lansia. *MAGNA MEDICA: Berkala Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(2), 138.
- Adawiyah, S. R., Anwar, S., & Nurhayati, N. (2022). Tingkat Kecemasan pada Lansia yang Dilakukan Terapi Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Reminiscence. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 150.
- Almeida, C. S. de, Miccoli, L. S., Andhini, N. F., Aranha, S., Oliveira, L. C. de, Artigo, C. E., Em, A. A. R., Em, A. A. R., Bachman, L., Chick, K., Curtis, D., Peirce, B. N., Askey, D., Rubin, J., Egnatoff, D. W. J., Uhl Chamot, A., El-Dinary, P. B., Scott, J.; Marshall, G., Prensky, M., Santa, U. F. De. (2020). Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS). *Revista Brasileira de Linguística Aplicada*, 5(1), 1689–1699.
- Amalia, A. D. (2013). Kesepian dan Isolasi Sosial yang dialami Lanjut Usia: tinjauan dari Perspektif Sosiologis Loneliness *And Social Isolation Experienced By The Elderly: A Sociological Perspective Review Ayu Diah Amalia*. *Jurnal Informasi*, 18(02), 205–206.
- Amir, C. D., Ibrahim, & Rahmawati. (2021). Tingkat Depresi , Ansietas , Stres Pada Lansia Selama Pandemi Covid-19. *JIM FKep*, 5(3), 36–45.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2022). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93.
- Ardina Mispa Uji Mar'atussolikha, Amalia, RF, & Pratama, K. (2024). Pengaruh Penerapan Teknik Butterfly Hug dan Promosi Koping pada Pasien Gagal Ginjal Kronik dengan Masalah Ketidakberdayaan. *Jurnal Bionursing*, 6(6), 1.
- Ayu, M., & Bayu. (2024). Data Persentase Penduduk Lanjut Usia di Indonesia pada 2023. *BPS*.
- BPS.(2023).*Badan Pusat Statistik Kabupaten Bandung*
<https://bandungkab.bps.go.id/news.html>
- Candrawati, S. A. K., & Sukraandini, N. K. (2022). Kecemasan Lansia dengan Kondisi Penyakit Kronis. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(2), 348.
- Cicik, L. H. M., & Agung, D. N. (2022). Lansia di era Bonus Demografi. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 17(1), 1.
- Dayrit, A. C. D., Claire, A., Vega, R. Dela, & Flores, M. J. V. (2023). *Effectiveness of the Butterfly Hug Method to the Level of Healthcare Facility : Basis for Adjunct Therapy*. 1(2), 185–209.
- Dean E. (2016). Anxiety. *Nurs Stand*, 46(46), 13–30.

- Effendi, Z., Purwanto, S., & Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, B. (2023). Pengaruh Kombinasi Metode Butterfly Hug dan Terapi Musik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Remaja. *Seminar Nasional Keperawatan .Tahun 2023, 002*, 190–202.
- Ekowati, C. R. (2011). Penyesuaian Diri Terhadap Hilangnya Pasangan Hidup Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Lansia*, 1–138.
- Fadillah, F., Mulyati, M., & Muhariati, M. (2016). Perbedaan Penyesuaian Diri Terhadap Hilangnya Pasangan Hidup Pada Lansia Di Rumah Dengan Lansia Di Panti Wedha. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 3(2), 85–88.
- Fauzika, R. P., Cice Tresnasari, & HJ. R.A. Retno Ekowati. (2023). Tingkat Kecemasan Dapat Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Lansia. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1), 240–247.
- Girianto, P. W. R., Widayati, D., & Agusti, S. S. (2021). *Butterfly Hug Reduce Anxiety on Elderly. Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 8(3), 295–300.
- Hanafi, M., Giri Kriswoyo, P., & Priyanto, S. (2022). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Pendamping Lansia Setelah Menerima Pelatihan tentang Perawatan Kesehatan Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 65–73.
- Harisa, A., Muhinra, S. A., Fitri, A. Z., Hidayah, M., Ramadhani NB, R. A., Hikmah D, N., Rosyidi, B., & Yodang, Y. (2023). Edukasi Terapi Butterfly Hug untuk Menurunkan Masalah Psikososial: Ansietas pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Kota Makassar. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(3), 604.
- Kadri, F., Ridfah, A., & Ismail, I. (2022). *Butterfly Hug Untuk Mengurangi Stres*.
- Khasanah, U. (2019). Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Penyakit Kronis. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1–8.
- Lailatul Muarofah Hanim, & Sa'adatul Ahlas. (2020). Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Masa Lanjut Usia *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1),
- Maghfiroh, F. L. (2021). Hubungan Religiusitas Dengan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*, 1–85.
- Manafe, L. A., & Berhimpon, I. (2022). Hubungan Tingkat Depresi Lansia Dengan Interaksi Sosial Lansia *Jurnal Ilmiah Hospitality 749*, 11(1), 749–758.
- Masril, B. A., Sari, N. P., & Natassa, J. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Keaktifan Lansia (*Active Aging*) *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 333–343.

- Monavia, A. R. (2023). *Data Sebaran Persentase Penduduk Lansia di Indonesia pada 2023*. Data Indonesi ID. <https://dataindonesia.id/varia/detail/data-sebaran-persentase-penduduk-lansia-di-indonesia-pada-2023>
- Ninda Sutiara Zella, Apri Rahma Dewi, A. S. P. (2021). Penerapan Terapi *Reminiscence* pada Lansia dengan Kecemasan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (Jiksi)*, 2(2).
- Noorakhman, Y., & Pratikto, H. (2022). Relaksasi Nafas Dalam (*deep breathing*) untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(4), 217–222.
- Oktavina, R., & Aviani, Y. I. (2023). Studi Deskriptif Kuantitatif: Kesepian Pada Lansia. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 10(5), 2638–2643.
- Plutzer, M. B. B. and E. (2021). *Butterfly Hug & Deep Breathing Exercise*. 2(4), 6.
- Pratiwi, H., Tagan, M., Fakhri, F., Said, I., & Nompo, R. S. (2022). Gambaran Kecemasan Pada Lansia *Prosiding* 10(1), 125–138.
- Prawitasari, J. E. (2017). Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia. *Buletin Psikologi*, 2(1), 27–34.
- Priyanto, A., Tyas, R. H., Muflikha, I., Ningsih, A. F., Vanath, I. L., & Reyhana, F. N. (2022). *Deep Breathing dan Butterfly Hug: Teknik Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 36–46.
- Probosiwi, R., & Suryani, S. (2022). Analisis Risiko *Elder Abuse* dan Peran Pemerintah dalam Perlindungan Sosial Lansia. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 13(1).
- Purwitasari, Faizatur Rohmi, & Ronal Surya Aditya. (2021). *Emotional Freedom Technique* Menurunkan Tekanan Darah dan Kecemasan Pada Lansia: Literature Review. *Jurnal Info Kesehatan*, 11(2), 375–383.
- Resmonicasari, K., Indrayana, S., Putri, T. I. Y. L., & Mulyati. (2023). Pengaruh *Storytelling* Terhadap Tingkat Kesepian Lansia yang Tinggal Sendirian *Borobudur Nursing Review*, 03(01), 2–5.
- Rozali, Y. A. (2019). Penyesuaian Pribadi Dan Sosial Usia Lanjut. *Forum Ilmiah*, 7(3), 151–155.
- Santi Sulandari. (2018). *Penyesuaian Diri Pada Lansia yang Tinggal di Panti Wredha*. 4.

- Setyarini, E. A., Niman, S., Parulian, T. S., & Hendarsyah, S. (2022). Prevalensi Masalah Emosional: Stres, Kecemasan dan Depresi pada Usia Lanjut. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 21–27.
- Siregar, T. K., Kamila, A. T., & Tasaufi, M. N. F. (2021). Kecemasan akan Masa Depan pada Lanjut Usia di Masa Pandemi Covid-19. *Borobudur Psychology Review*, 1(1), 29–37.
- Taufan, A. (2017). Pengaruh Kombinasi Terapi Doa dan *Butterfly Hug* Terhadap Skala Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Instalasi Bedah Sentral Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang, 46(April), 2000–2016.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan. *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi Dan Tindakan Keperawatan*.
- Ufaira, R., Adriani, L., & Yahya, M. (2023). Pengaruh Kehilangan Pasangan Hidup Dengan Kecemasan. *Darussalam Indonesian Journal Fo Nursing and Midwifery*, 5(1), 11–18.
- Uswandari. (2020). Hubungan kecemasan dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia dipanti Sosial Tresna Werdha. *Suparyanto Dan Rosad (2015)*, 5(3), 248–253.
- Ward DD, R. J. dkk. (2022). *Genetics and Dementia Risk. Genetics and Dementia Risk. J Neurol Neurosurg Psychiatry*, 4(4), 343–350.
- Widyastuti, T., Hakim, M. A., & Lilik, S. (2019). Terapi Zikir sebagai Intervensi untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(2), 147.
- Wijoyo, E. B. (2022). Literature Review: Pengaruh Pemberian Aromaterapi Sebagai Intervensi Asuhan Keperawatan Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, 11(2), 7–10.
- Wiwit Widyowati. (2013). Resiliensi Pada Lansia Yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya. *Journal of Petrology*, 369(1).
- World Population Ageing 2020 UN DESA Population Division. (2020). World Population Ageing 2020 *Highlights - Ten Key Messages. United Nations, October 2020*, 1–2.
- Zalsa Dwi Ramdhani, & Siti Rahma Soleman. (2023). Penerapan Teknik *Butterfly Hug* Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia Di Panti Usia Lanjut ‘Aisyiyah Surakarta. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 3(3),