PENGARUH PEMBERIAN TERAPI LATIHAN ASERTIF TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA LANJUT USIA DENGAN PENYAKIT KRONIS DI WILAYAH PUSKESMAS LIMBOTO KABUPATEN GORONTALO PROVINSI GORONTALO

Oleh;
Rosmin Ilham [1)], Hamna Vonny Lasanuddin [2)],Fatma Yusuf[3)]

[1)] Dosen Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Email: rosminilham@umgo.ac.id
[2)] Dosen Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Email:hamnavonnylasanuddinumgo.ac.id
[3)] Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Email: fatmayusuf278@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Semakin lanjut usia seseorang maka semakin rentan mengalami penyakit kronis sehingga berpengaruh terhadap keterbatasan yang dapat menimbulkan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Terapi Latihan Asertif Pada Lansia Yang Mengalami Penyakit Kronis Di Wilayah Puskesmas Limboto Kabupatan Gorontalo Provinsi Gorontalo.

Metode: Desain penelitian ini menggunakan pra eksperimen dengan *pre – post test design*. Sampel dipilih melalui metode *purposive sampling* dan didapatkan sejumlah 30 sampel lansia. Analisa data menggunakan uji *paired t-test.*

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata tingkat kecemasan lansia penyakit kronis sebelum dilakukan pemberian latihan asertif adalah kecemasan berat sejumlah 29 orang (96.7%) dan tingkat kecemasan lansia penyakit kronis sesudah dilakukan pemberian latihan asertif adalah kecemasan sedang sejumlah 22 orang (73.3%).

Kesimpulan: Terdapat Pengaruh Pemberian Terapi Latihan Asertif Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis Di Wilayah Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo. Saran : Latihan asertif dapat dilakukan secara rutin untuk mencegah terjadinya kecemasan pada lansia.

Kata kunci : Latihan Asertif, Lansia, Penyakit Kronis

THE EFFECT OF GIVING ASSERTIVE TRAINING THERAPY ON REDUCING ANXIETY IN ELDERLY WITH CHRONIC DISEASES IN THE LIMBOTO COMMUNITY HEALTH CENTER AREA, GORONTALO DISTRICT, GORONTALO PROVINCE

By;
Rosmin Ilham [1)], Hamna Vonny Lasanuddin [2)],Fatma Yusuf [3)]

[1)] Lecturer at Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Email: rosminilham@umgo.ac.id
[2)] Lecturer at Universitas Muhammadiyah Gorontalo,
Email:hamnavonnylasanuddinumgo.ac.id
[3)] Student at Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Email: fatmayusuf278@gmail.com

ABSTRACT

Background; *The older a person is, the more susceptible they are to chronic diseases, which can affect limitations that can cause anxiety. This study aims to determine the Effect of Providing Assertive Training Therapy to the Elderly with Chronic Diseases in the Limboto Health Center Area, Gorontalo Regency, Gorontalo Province.*

Method; *This research design uses pre-experiment with pre-post test design. The sample was selected through purposive sampling method and obtained 30 elderly samples. Data analysis using paired t-test..*

Result; *The results of the study showed that the average level of anxiety of elderly people with chronic diseases before assertive training was given was severe anxiety for 29 people (96.7%) and the level of anxiety of elderly people with chronic diseases after assertive training was given was moderate anxiety for 22 people (73.3%).*

Conclusion*; There is an Effect of Giving Assertive Training Therapy on Reducing Anxiety in Elderly People with Chronic Diseases in the Limboto Health Center Area, Gorontalo Regency. Suggestion: Assertive training can be done routinely to prevent anxiety in the elderly.*

Keyword: *Assertiveness Training, Elderly, Chronic Illness*

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan individu yang berada pada tahap akhir dari rentang kehidupan manusia, ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh baik fisik, mental dan social. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut Aging Prosses atau proses penuaan. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) serta perbaikan social dan ekonomi berdampak pada peningkatan derajat kesehatan masyarakat dan juga harapan hidup, sehingga populasi lansia juga meningkat. (Candrawati & Sukraandini, 2022)

Menurut WHO tahun 2022, Didunia di perkirakan sekitar dua miliyar penduduk lanjut usia yang berusia di atas 60 tahun pada tahun 2050. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2018, Di Indonesia jumlah lansia saat ini sekitar 27,1 juta orang dan di perkirakan pada tahun 2025 jumlah lansia meningkat menjadi 33,7 juta jiwa. Berdasarkan badan pusat Stasti stik Gorontalo pada tahun 2021 jumlah populasi lansia di Provinsi Gorontalo pada usia 60-64 tahun sebanyak (41 226,00) jiwa, usia 65-69 tahun sebanyak (29 184,00) jiwa, usia 70-75 (19 209,00) jiwa, usia 75 tahun ke atas (18 686,00) jiwa. Disetiap tahunnya lansia menunjukkan angka statistic yang meningkat. Akibat dari peningkatan ini dapat membawa dampak positif dan negative. Dampak positif apabila penduduk lansia berada dalam keadaan sehat aktif dan produktif sedangkan dampak negative merupakan masalah yang sering muncul pada lansia yaiti masalah fisik dan masalah mental. (Rindayati et al., 2020)

Data dari kementrian Kesehatan republik Indonesia (2020) jumlah lansia sebanyak 26,82 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025 sekitar 33,69 juta jiwa (Kemeskes, 2020). Menurut badan pusat statistic terdapat 6 provinsi yang telah memasuki fase struktur penduduk tua yakni presentase penduduk lansianya telah berada diatas 10%. Ke enam Provinsi tersebut adalah Daerah Istimewa Yogyakarta (14,71%), Jawa Tengah (13,81%), Jawa Timur (13,38%), Bali (11,58%), Sulawesi Utara (11,51%) dan Sumatera Barat (10,07%). Sementara Gorontalo sendiri dengan presentase jumlah penduduk lansia sebesar 7,98%

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, pada tahun 2023 total lansia di provinsi Gorontalo mencapai 8,84% (103,31 ribu orang) pada tahun 2020. Dan sementara proporsi penduduk lansia diproyeksikan menjadi 14,01% (191,89 ribu orang) pada tahun 2035 nantinya.

Perkiraan jumlah populasi lansia yang semakin meningkat mengakibatkan banyak lansia yang tidak dapat meningkatkan hidup dimasa tua dikarenakan masalah Kesehatan, permasalahan yangs erring terjadi pada lansia adalah masalah fisik dan masalah mental, masalah fisik yang sering terjadi pada lansia di akibatkan oleh penyakit kronis. (Dinkes Prov Gorontalo, 2023)

Penyakit kronis merupakan penyakit dengan ciri brsifat menetap, yang menyebabkan ketidakmampuan pada penderitanya, dan untuk menyembuhkan penderita perlu melakukan perawatan dalam periode waktu yang lama. Lansia dengan penyakit kronis di Indonesia memiliki jumlah yang cukup tinggi. Sebanyak 28,53% lansia berusia 60-69 tahun memiliki keluhan Kesehatan yang berkaitan dengan penyakit kronis. Persentase ini terus meningkat pada kelompok usia yang lebih tua.(Bestari & Wati, 2021). Adapun jenis penyakit kronis diantaranya penyakit jantung, stroke, kanker, gangguan pernapasan kronis, diabetes, gangguan penglihatan dan kebutaan, gangguan pendengaran dan ketulian, gangguan oral dan genetis lainnya, serta penyakit infeksi seperti HIV/AIDS, tuberculosis, dan malaria.(Khoeriyah, 2022

Semakin banyak penyakit kronis yang dimiliki maka semakin banyak pula keterbatasan yang ditimbulkan. Hal ini didukung oleh penelitian Ralph, Mielenz, Parton, Flatley & Thorpe (2013) yang menyatakan bahwa persentase keterbatasan dalam aktivitas dasar sehari-hari meningkat seiring dengan jumlah kondisi kronis yang dimiliki. Dengan beban yang semakin berat, perasaan khawatir dankecemasan dalam menjalani kehidupan dengan kondisi tersebut semakin meningkat.(Bestari & Wati, 2021)

Kecemasan adalah salah satu bentuk emosi seseorang yang muncul ketika seseorang merasa terancam oleh sesuatu yang biasanya dengan objek ancamannya itu tidak begitu jelas (Aprilyani et al., 2023). Ansietas merupakan kondisi hati yang tidak tentram atau rasa ketkhawatiran yang tidak jelas atau menyebar yang dikaitkan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya, serta objek yang menjadi penyebab ansietas tidak spesifik, ansietas ini berdampak pada kehidupan seseorang baik secara negatif maupun positif (Deswita & Nursiam, 2023). Kecemasan merupakan emosi yang ditandai dengan keadaan gejolak yang kurang menyenangkan yang sering disertai perilaku gugup karena merasa takut akibat adanya kejadian yang diantisipasi di masa depan. Orang yang mengalami kecemasan sering menarik diri dari situasi yang dapat menimbulkan kecemasan di masa lalu

(Ekawarna, 2018). Salah satu terapi non farmakologi untuk mengatasi kecemasan adalah terapi Asertif.

Latihan Asertif merupakan tindakan yang bertanggung jawab, dimana individu akan mempertahankan pendapatnya yang benar dan sanggup untuk membuat pilihan yang pantas, dikeluarka dalam bentuk perilaku yang asertif. Perilaku asertif adalah ungkapan perasaan, pendapat, kebutuhan secara jujur, wajar dan terbuka pada diri sendiri maupun orang lain, bersikap tegas, mampu mengambil keputusan pada situasi sulit serta saling mengahargai antar pribadi.(Kadji, 2020)

Menurut Lazarus,1973 dalam mavrodie dan Peneva (2013), Latihan asertif ini membuat seseorang memiliki kemampuan untuk berbicara secara langsung dalam mengutarakan keinginan dan kebutuhan, mengatakan tidak, mengungkapkan perasaan negative dan positif, mampu mempertahankan kontak untuk memulai, menjaga dan mengakhiri sebuah percakapan dngan baik. Teknik asertif juga dikenal sebagai istilah latihan asertif (assertive training) yang merupakan teknik yang digunakan untuk melatih keberanian individu dalam mengekspresikan perilaku– perilaku yang diharapkan, sehingga dapat melatih ketegasan yang merupakan kegiatan yang dilakukan untuk membantu individu– individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Fokusnya adalah mempraktekkan melalui peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh sehingga individuindividu diharapkan mampu mengatasi ketidakmampuannya dan belajar bagaimana mengungkapkan perasaan dan pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak menunjukkan reaksi-reaksi terbuka itu.(Azmi & Nurjannah, 2022)

Latihan asertif bertujuan untuk meningkatkan kemampuan lansia dalam mengekspresikan kebutuhan dan perasaan mereka dengan cara yang sehat dan efektif. Hal ini sangat penting dalam pengelolaan penyakit kronis, di mana komunikasi yang baik dengan petugas kesehatan dan keluarga dapat berkontribusi pada pengelolaan penyakit yang lebih baik. Selain itu, dengan kemampuan asertif yang baik, lansia dapat lebih aktif dalam mengambil keputusan terkait perawatan diri mereka, merasa lebih dihargai, serta mampu membangun hubungan sosial yang lebih positif.(Satrio, 2021)

Latihan asertif di beberapa wilayah puskesmas yang berada di Provinsi Gorontalo masih terbilang baru atau kurang dikenal sebagai intervensi dalam menangani kondisi psikososial lansia.

Kurangnya pemahaman dan pengetahuan lansia atau keluarga tentang Latihan asertif dan bagaimana manfaatnya dalam meningkatkan kemampuan komunikasi, mengelola emosi, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Minimnya program terapi khusus seperti Latihan asertif untuk lansia, dimana pelayanan Kesehatan di daerah Provinsi Gorontalo lebih sering fokus pada pengelolaan fisik penyakit kronis daripada pendekatan psikososial seperti Latihan asertif serta keterbatasan tenaga ahli yang memahami cara pemberian intervensi psikologis atau terapi asertif pada lansia

Dalam konteks ini, kemampuan asertif yakni kemampuan seseorang untuk menyatakan kebutuhan, hak, dan keinginan mereka secara jujur dan langsung tanpa mengganggu hak orang lain—memiliki peranan penting. Lansia yang hidup dengan penyakit kronis sering kali mengalami perasaan ketidakberdayaan, rendah diri, dan sulit mengomunikasikan kebutuhan mereka kepada orang lain, termasuk keluarga dan petugas kesehatan. Ketidakmampuan ini dapat mengakibatkan perawatan yang kurang optimal serta meningkatkan risiko depresi dan kecemasan.(Satrio, 2021)

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa latihan asertif dapat menurunkan kecemasan pada lansia dengan penyakit kronis. Lansia yang memiliki penyakit kronis dilatih untuk menjadi lebih asertif cenderung lebih mampu mengatasi stres, memiliki kontrol yang lebih baik terhadap emosi, serta mampu membangun rasa percaya diri yang lebih kuat. Latihan ini mencakup berbagai teknik, seperti role - playing, modeling, dan pelatihan keterampilan komunikasi yang berfokus pada penguatan sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain

Dengan demikian, pelaksanaan latihan asertif pada lansia dengan penyakit kronis untuk menurunkan dapat menjadi bagian penting dalam program rehabilitasi dan dukungan psikososial, yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh (Dewi, S. R., & Arifin, 2020) dengan judul Pengaruh Pelatihan Asertivitas terhadap Tingkat Stres pada Lansia dengan Penyakit Kronis. Dimana pelatihan ini dapat membantu lansia untuk lebih percaya diri dalam menyampaikan pendapat dan perasaan mereka kepada anggota keluarga, pengasuh, dan tenaga Kesehatan. mereka lebih mampu berkomunikasi mengenai kebutuhan Kesehatan, sehingga mendapatkan perawatan yang lebih tepat dan dukungan yang lebih baik.

Memasuki fase lanjut usia, banyak yang harus kita persiapkan baik secara

dhohir maupun batin. Sebagaimana firman Allah dalam Q.S. Yasin [36] ayat: 68.

وَمَنْ نُّعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِى الْخَلْقِۗ اَفَلَا يَعْقِلُوْنَ

Artinya: "Dan barang siapa yang kami panjangkan umurnya niscaya kami kembalikan dia kepada kejadiannya, maka apakah meraka tidak memikirkannya"

Maksud dari ayat diatas adalah bahwa siapa yang dipanjangkan umur sampai lanjut usia akan dikembalikan menjadi lemah seperti keadaan semula. Keadaan ini ditandai Ketika badan mulai menjadi lemah pada usia lanjut dan hal ini merupakan peringatan dari Allah SWT bahwa kehidupan didunia akan segera berakhir, barang siapa yang mau memasuki fase tersebut maka hendaklah mempersiapkan diri untuk menghadapi datangnya saat perpisahan dengan dunia. Berdasarkan survey awal yang dilakukan di Puskesmas Limboto, pada tanggal 5 September 2024, dari 5 lansia mengalami penyakit kronis, dimana 2 (dua) lansia mengalami kelumpuhan pada tangan dan kaki bagian paha kiri, 2 (dua) lansia lainnya merasakan jantung berdebar-debar, cepat lelah dan nyeri dada, dan 1 (satu) lansia mengalami nyeri dan bengkak pada persendian.

Dimana responden mengatakan bahwa kesulitan dalam memperoleh informasi mengenai penyakit yang di derita serta rasa ketidakmampuan atau rasa takut untuk mengekspresikan kebutuhan fisik secara tegas, dan khawatir akan merepotkan orang lain karena adanya penyakit tersebut

Fenomena ini menunjukkan bahwa pemberian Latihan asertif memiliki potensi besar untuk menurunkan kecemasan pada lansia dengan penyakit kronis, meskipun penerapannya masih menghadapi banyak tantangan termasuk kurangnya pengetahuan, keterbatasan fasilitas, dan hambatan budaya. Upaya pemberian terapi ini diharapkan dapat menurunkan kecemasan pada lansia serta dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasi, percaya diri, dan keterampilan dalam mengelola stress pada masa tua

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dan hasil wawancara pada lansia maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Pemberian Terapi Latihan Asertif Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis Di Wilayah Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo"

METODE

Desain penelitian menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah pra eksperimental dengan rancangan one group pre-post test design. Peneliti akan melakukan pengukuran

tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi berupa terapi Latihan Asertif

Pre-eksperimental one group pretest-postest yaitu, Penelitian sebelumnya akan melakukan Pre-test pada kelompok subjek. Setelah peneliti melakukan perlakuan kepada kelompok eksperiment peneliti kemudian melakukan pasca-test. Dapat diketahui besarnya pengaruh secara akurat dapat dilihat dari hasil Pre-test dan post test, dengan perlakuan selama 2 minggu. Pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh "Terapi latihan asertif Terhadap Penurunan kecemasan Pada Lansia di wilayah puskesmas limboto

HASIL

1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Klasifikasi	Frekuensi *(n)*	Presentase (%)
1.	Usia	61 Tahun – 65 Tahun	14	46.7
		66 – 70 Tahun	16	53.3
2	Jenis Kelamin	Laki - Laki	15	50.0
		Perempuan	15	50.0
3	Pendidikan Terakhir	SMP	2	6.7
		SMA	15	50.0
		PT	13	43.3
Total			**30**	**100.0**

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa mayoritas usia responden berada pada rentang usia 66 – 70 Tahun sejumlah 16 orang (53.3%) dengan jenis kelamin laki – laki dan perempuan sejumlah 15 orang (50%), dan rata – rata pendidikan terakhir adalah SMA sejumlah 15 orang (50.0%).

2. Analisa Univariat

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi *(n)*	Presentase (%)
1	Kecemasan Sedang	1	3.3
2	Kecemasan Berat	29	96.7
Total		**30**	**100%**

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa rata – rata tingkat kecemasan lansia penyakit kronis sebelum dilakukan pemberian latihan asertif adalah kecemasan berat sejumlah 29 orang (96.7%) dan yang paling rendah adalah responden dengan kecemasan sedang sejumlah 1 orang (3.3%).

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi *(n)*	Presentase (%)
1	Kecemasan Ringan	8	26.7
2	Kecemasan Sedang	22	73.3
Total		**30**	**100%**

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa rata – rata tingkat kecemasan lansia penyakit kronis sesudah dilakukan pemberian latihan asertif adalah kecemasan sedang sejumlah 22 orang (73.3%) dan yang paling rendah adalah

responden dengan kecemasan sedang sejumlah 8 orang (26.7%).

3. **Analisis Bivariat**

a. **Uji Normalitas Data**

Variabel	Pre/post	p.value
Tingkat Kecamasan	Pre	0,975
	Post	0,600

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa variabel tingkat kecemasan memenuhi asumsi normalitas (*p value* > 0.05), sehingga uji yang digunakan pada data kelompok berpasangan (*pre - post test*) adalah uji parametrik *paired t-test*

b. Pengaruh Pemberian Terapi Latihan Asertif Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis Di Wilayah Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo

Kelompok	*n*	Mean	SD	*Selisih*	*p. (t)*
Pretest	30	32.97	3.135	12.63	0.000
Postest	30	20.33	2.142		

Berdasarkan tabel 4.5 diatas menunjukkan bahwa sebelum dilakukan latihan asertif pada lansia dengan penyakit kronis, rata – rata mengalami kecemasan berat dengan skor 32.97 dan setelah pemberian latihan asertif, tingkat kecemasan menurun menjadi skor 20.33 (kecemasan ringan) hal ini menunjukkan terdapat selisih penurunan tingkat ecemasan antara sebelum dan sesudah pemberian latihan asertif sebesar 12.63 poin

Berdasarkan hasil uji statisik parametrik *paired t - test* menunjukkan bahwa (*p. value = 0.000 < 0.05)* yang dimana terdapat Pengaruh Pemberian Terapi Latihan Asertif Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis Di Wilayah Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo tentang pengaruh pemberian terapi latihan asertif terhadap penurunan kecemasan pada lansia dengan penyakit kronis didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata – rata tingkat kecemasan lansia penyakit kronis sebelum dilakukan pemberian latihan asertif adalah kecemasan berat sejumlah 29 orang (96.7%)
2. Rata – rata tingkat kecemasan lansia penyakit kronis sesudah dilakukan pemberian latihan asertif adalah kecemasan sedang sejumlah 22 orang (73.3%)

3. Terdapat Pengaruh Pemberian Terapi Latihan Asertif Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis Di Wilayah Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo dibuktikan dengan (p. value = 0.000 < 0.05)

DAFTAR PUSTASKA

Amanda, Gusti Ayu. 2023. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Batu Agung, Kecamatan Jembrana."

Aritonang, M. (2023). Perubahan Interaksi Sosial Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, *7*(1), 104.

Https://Doi.Org/10.33757/Jik.V7i1.674

Astri Wahyuni, Imran Safei, Prema Hapsari Hidayati, Sultan Buraena, & Shulhana Mokhtar. (2024). Karakteristik Osteoarthritis Genu Pada Lansia Yang Mendapatkan Rehabilitasi Medik Di RSUD Hajjah Andi Depu. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, *4*(1), 62–72. Https://Doi.Org/10.33096/Fmj.V4i1.437

Azmi, W., & Nurjannah, N. (2022). Teknik Assertive Training Dalam Pendekatan Behavioristik Dan Aplikasinya Konseling Kelompok: Sebuah Tinjauan Konseptual [Assertive Training Techniques In Behavioristic Approaches And Its Applications Group Counseling: A Conceptual Review]. *Journal Of Contemporary Islamic Counselling*, *2*(2), 101–112. Https://Doi.Org/10.59027/Jcic.V2i2.155

Andi Rizki Amelia, , Nurul Hikmah Baharuddin, W. T. S., & Amir, H. (2022). Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Lansia dalam Berkunjung Kepelayanan Kesehatan Puskesmas pada masa pandemi covid-19. Jurnal Keperawatan, 16(1), 383–396.

Aprilyani, R., Kartasasmita, A. M., & Ratnawati, S. (2025). Coaching Penerapan Teknik Asertif terhadap Kecemasan Pada Warga Binaan di LPKA Kelas II Jakarta. 2(1), 127–133.

Arif, A. A., Murdiana, S., & Ridfah, A. (2024). Efektivitas Pelatihan Asertif terhadap Penurunan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. Humanitas (Jurnal Psikologi), 8(2), 213–224. https://doi.org/10.28932/humanitas.v8i2.8366

Berta Afriani, Rini Camelia, & Willy Astriana. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Gawat Darurat*, *5*(1), 1–8. Https://Doi.Org/10.32583/Jgd.V5i1.912

Bestari, B. K., & Wati, D. N. K. (2021). Penyakit Kronis Lebih Dari Satu Menimbulkan Peningkatan Perasaan Cemas Pada Lansia Di Kecamatan Cibinong. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, *19*(1), 49–54. Https://Doi.Org/10.7454/Jki.V1

9i1.433 Candrawati, S. A. K., & Sukraandini, N. K. (2022). Kecemasan Lansia Dengan Kondisi Penyakit Kronis. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *11*(2), 348.

Https://Doi.Org/10.36565/Jab.V11i2.631

Dessy. (2022). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Desa Tolotio*.

Dewi, S. R., & Arifin, M. (2020). *Pengaruh Pelatihan Asertivitas Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis*.

Dinkes Prov Gorontalo. (2023). *Wujudkan Lansia SMART Di Provinsi Gorontalo, BKKBN Luncurkan Sekolah Lansia*. Https://Berita.Gorontaloprov.Go.Id/2024/07/30/Wujudkan-Lansia-Smart-Di- Provinsi-Gorontalo-Bkkbn-Luncurkan-Sekolah-Lansia/

Fauzan. (2021). *Teknik Latihan Asertif Pada Siswa*. *0*, 1–23.

Ficky Fadli Abas, Rama P Hiola, Rosmin Ilham. Faktor yang Mempengaruhi Minat Lansia dalam Mengikuti Posyandu Lansia di Wilayah Puskesmas Buko Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. 2022;Vol. 3.

Ginting, J., Halawa, A., & Wau, H. (2022). Determinan Kejadian Stroke Pada Lansia (Scooping Review). *Jurnal Keperawatan Priority*, *5*(2), 113–124. Https://Doi.Org/10.34012/Jukep.V5i2.2859

Haiga, Y., & Chaniago, R. S. (2024). Demensia. 283–291.

Hamna Vonny Lasanuddin, Rosmin Ilham, & Rianti P. Umani. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Peningkatan Kadar Kolesterol Lansia Di Desa Tenggela Kecamatan Tilango. Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia, 2(1), 22–34. https://doi.org/10.55606/jikki.v2i1.566

Inova, A. R., Zahra, R., & Rahman, S. (2025). Depresi Dan Kecemasan Pada Lansia : Memahami Tantangan Kesehatan Mental Di Usia Senja Depression And Anxiety In The Elderly : Understanding. 11171–11176.

Kadji, R. I. (2020). *Pengaruh Latihan Asertif (Role Playing) Terhadap Kemampuan Mengendalikan Marah Pada Klien Skizofrenia Dengan Perilaku Kekerasan Di Komunitas*.

Kemeskes, R. (2020). *Jumlah Lansia Di Indonesia*.

Khoeriyah, L. (2022). *Penyakit Kronis Yang Sering Terjadi Pada Lansia*. *19*(5), 1– 23.

Khusnul Khasanah, D. Ayu. (2019). *Faktor Perubahan Pada Lansia*. *Thamer 2009*, 6–55.

Iqbal Febrianto Lesar, Dewi Modjo, & Andi Akifa Sudirman. (2023). Hubungan Antara Kadar Kolesterol Dalam Darah dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Pkm Tabongo Kabupaten Gorontalo. Jurnal Medika Nusantara, 1(2), 01–14. https://doi.org/10.59680/medika.v1i2.267

Mendoza, S. D., Nieweglowska, E. S., Govindarajan, S., Leon, L. M., Berry, J. D., Tiwari, A., Chaikeeratisak, V., Pogliano, J., Agard, D. A., Bondy-Denomy, J., Chatterjee, P., Jakimo, N., Lee, J., Amrani, N., Rodríguez, T., Koseki, S. R. T., Tysinger, E., Qing, R., Hao, S., … Wang, H. (2020). EFEKTIVITAS TEKNIK LATIHAN ASERTIF GUNA MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI SMA N 1 PASIR SAKTI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR TAHUN AJARAN

2019/2020. *Nature Microbiology*, *3*(1), 641.

Http://Dx.Doi.Org/10.1038/S41421-020-0164-

Milita, F., Handayani, S., & Setiaji, B. (2021). Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Pada Lanjut Usia Di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *17*(1), 9. Https://Doi.Org/10.24853/Jkk.17.1.9-20

Moh Hanafi, Pramono Giri Kriswoyo, & Sigit Priyanto. (2022). Gambran Pengetahuan Dan Sikap Pendamping Lansia Setelah Menerima Pelatihan Tentang Perawatan Kesehatan Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan*, *11*(1), 65–73. Https://Doi.Org/10.46815/Jk.

Nova, T. (2023). *Family Burden Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis*.

Https://Books.Google.Co.Id/Books?Hl=En&Lr=&Id=Htheeaaaqbaj&Oi=Fnd&Pg=PR1&Dq=Lansia+Dengan+Penyakit+Kronis&Ots=_9e-

Amanda, Gusti Ayu. 2023. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Batu Agung, Kecamatan Jembrana."

Aritonang, M. (2023). Perubahan Interaksi Sosial Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, *7*(1), 104.

Https://Doi.Org/10.33757/Jik.V7i1.674

Astri Wahyuni, Imran Safei, Prema Hapsari Hidayati, Sultan Buraena, & Shulhana Mokhtar. (2024). Karakteristik Osteoarthritis Genu Pada Lansia Yang Mendapatkan Rehabilitasi Medik Di RSUD Hajjah Andi Depu. *Fakumi Medical Journal:*

Jurnal Mahasiswa Kedokteran, *4*(1), 62–72. Https://Doi.Org/10.33096/Fmj.V4i1.437

Azmi, W., & Nurjannah, N. (2022). Teknik Assertive Training Dalam Pendekatan Behavioristik Dan Aplikasinya Konseling Kelompok: Sebuah Tinjauan Konseptual [Assertive Training Techniques In Behavioristic Approaches And Its Applications Group Counseling: A Conceptual Review]. *Journal Of Contemporary Islamic Counselling*, *2*(2), 101–112. Https://Doi.Org/10.59027/Jcic.V2i2.155

Andi Rizki Amelia, , Nurul Hikmah Baharuddin, W. T. S., & Amir, H. (2022). Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Lansia dalam Berkunjung Kepelayanan Kesehatan Puskesmas pada masa pandemi covid-19. Jurnal Keperawatan, 16(1), 383–396.

Aprilyani, R., Kartasasmita, A. M., & Ratnawati, S. (2025). Coaching Penerapan Teknik Asertif terhadap Kecemasan Pada Warga Binaan di LPKA Kelas II Jakarta. 2(1), 127–133.

Arif, A. A., Murdiana, S., & Ridfah, A. (2024). Efektivitas Pelatihan Asertif terhadap Penurunan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. Humanitas (Jurnal Psikologi), 8(2), 213–224. https://doi.org/10.28932/humanitas.v8i2.8366

Berta Afriani, Rini Camelia, & Willy Astriana. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Gawat Darurat*, *5*(1), 1–8. Https://Doi.Org/10.32583/Jgd.V5i1.912

Bestari, B. K., & Wati, D. N. K. (2021). Penyakit Kronis Lebih Dari Satu Menimbulkan Peningkatan Perasaan Cemas Pada Lansia Di Kecamatan Cibinong. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, *19*(1), 49–54. Https://Doi.Org/10.7454/Jki.V19i1.433 Candrawati, S. A. K., & Sukraandini, N. K. (2022). Kecemasan Lansia Dengan Kondisi Penyakit Kronis. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *11*(2), 348.

Https://Doi.Org/10.36565/Jab.V11i2.631

Dessy. (2022). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Desa Tolotio*.

Dewi, S. R., & Arifin, M. (2020). *Pengaruh Pelatihan Asertivitas Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis*.

Dinkes Prov Gorontalo. (2023). *Wujudkan Lansia SMART Di Provinsi Gorontalo, BKKBN Luncurkan Sekolah Lansia*. Https://Berita.Gorontaloprov.Go.Id/2024/07/30/Wujudkan-Lansia-Smart-Di- Provinsi-

Gorontalo-Bkkbn-Luncurkan-Sekolah-Lansia/

Fauzan. (2021). *Teknik Latihan Asertif Pada Siswa*. *0*, 1–23.

Ficky Fadli Abas, Rama P Hiola, Rosmin Ilham. Faktor yang Mempengaruhi Minat Lansia dalam Mengikuti Posyandu Lansia di Wilayah Puskesmas Buko Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. 2022;Vol. 3.

Ginting, J., Halawa, A., & Wau, H. (2022). Determinan Kejadian Stroke Pada Lansia (Scooping Review). *Jurnal Keperawatan Priority*, *5*(2), 113–124. Https://Doi.Org/10.34012/Jukep.V5i2.2859

Haiga, Y., & Chaniago, R. S. (2024). Demensia. 283–291.

Hamna Vonny Lasanuddin, Rosmin Ilham, & Rianti P. Umani. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Peningkatan Kadar Kolesterol Lansia Di Desa Tenggela Kecamatan Tilango. Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia, 2(1), 22–34. https://doi.org/10.55606/jikki.v2i1.566

Inova, A. R., Zahra, R., & Rahman, S. (2025). Depresi Dan Kecemasan Pada Lansia : Memahami Tantangan Kesehatan Mental Di Usia Senja Depression And Anxiety In The Elderly : Understanding. 11171–11176.

Kadji, R. I. (2020). *Pengaruh Latihan Asertif (Role Playing) Terhadap Kemampuan Mengendalikan Marah Pada Klien Skizofrenia Dengan Perilaku Kekerasan Di Komunitas*.

Kemeskes, R. (2020). *Jumlah Lansia Di Indonesia*.

Khoeriyah, L. (2022). *Penyakit Kronis Yang Sering Terjadi Pada Lansia*. *19*(5), 1– 23.

Khusnul Khasanah, D. Ayu. (2019). *Faktor Perubahan Pada Lansia*. *Thamer 2009*, 6–55.

Iqbal Febrianto Lesar, Dewi Modjo, & Andi Akifa Sudirman. (2023). Hubungan Antara Kadar Kolesterol Dalam Darah dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Pkm Tabongo Kabupaten Gorontalo. Jurnal Medika Nusantara, 1(2), 01–14. https://doi.org/10.59680/medika.v1i2.267

Mendoza, S. D., Nieweglowska, E. S., Govindarajan, S., Leon, L. M., Berry, J. D., Tiwari, A., Chaikeeratisak, V., Pogliano, J., Agard, D. A., Bondy-Denomy, J., Chatterjee, P., Jakimo, N., Lee, J., Amrani, N., Rodríguez, T., Koseki, S. R. T., Tysinger, E., Qing, R., Hao, S., … Wang, H. (2020). EFEKTIVITAS TEKNIK LATIHAN ASERTIF GUNA MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI SMA N 1 PASIR

SAKTI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR TAHUN AJARAN

2019/2020. *Nature Microbiology*, *3*(1), 641.

Http://Dx.Doi.Org/10.1038/S41421-020-0164-

Milita, F., Handayani, S., & Setiaji, B. (2021). Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Pada Lanjut Usia Di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *17*(1), 9. Https://Doi.Org/10.24853/Jkk.17.1.9-20

Moh Hanafi, Pramono Giri Kriswoyo, & Sigit Priyanto. (2022). Gambran Pengetahuan Dan Sikap Pendamping Lansia Setelah Menerima Pelatihan Tentang Perawatan Kesehatan Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan*, *11*(1), 65–73. Https://Doi.Org/10.46815/Jk.

Nova, T. (2023). *Family Burden Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis*. Https://Books.Google.Co.Id/Books?Hl=En&Lr=&Id=Htheeaaaqbaj&Oi=Fnd&Pg=PR1&Dq=Lansia+Dengan+Penyakit+Kronis&Ots=_9e

Amanda, Gusti Ayu. 2023. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Batu Agung, Kecamatan Jembrana."

Aritonang, M. (2023). Perubahan Interaksi Sosial Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, *7*(1), 104.

Https://Doi.Org/10.33757/Jik.V7i1.674

Astri Wahyuni, Imran Safei, Prema Hapsari Hidayati, Sultan Buraena, & Shulhana Mokhtar. (2024). Karakteristik Osteoarthritis Genu Pada Lansia Yang Mendapatkan Rehabilitasi Medik Di RSUD Hajjah Andi Depu. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, *4*(1), 62–72. Https://Doi.Org/10.33096/Fmj.V4i1.437

Azmi, W., & Nurjannah, N. (2022). Teknik Assertive Training Dalam Pendekatan Behavioristik Dan Aplikasinya Konseling Kelompok: Sebuah Tinjauan Konseptual [Assertive Training Techniques In Behavioristic Approaches And Its Applications Group Counseling: A Conceptual Review]. *Journal Of Contemporary Islamic Counselling*, *2*(2), 101–112. Https://Doi.Org/10.59027/Jcic.V2i2.155

Andi Rizki Amelia, , Nurul Hikmah Baharuddin, W. T. S., & Amir, H. (2022). Faktor yang berhubungan dengan Tingkat

Kecemasan Lansia dalam Berkunjung Kepelayanan Kesehatan Puskesmas pada masa pandemi covid-19. Jurnal Keperawatan, 16(1), 383–396.

Aprilyani, R., Kartasasmita, A. M., & Ratnawati, S. (2025). Coaching Penerapan Teknik Asertif terhadap Kecemasan Pada Warga Binaan di LPKA Kelas II Jakarta. 2(1), 127–133.

Arif, A. A., Murdiana, S., & Ridfah, A. (2024). Efektivitas Pelatihan Asertif terhadap Penurunan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa. Humanitas (Jurnal Psikologi), 8(2), 213–224. https://doi.org/10.28932/humanitas.v8i2.8366

Berta Afriani, Rini Camelia, & Willy Astriana. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Gawat Darurat*, *5*(1), 1–8. Https://Doi.Org/10.32583/Jgd.V5i1.912

Bestari, B. K., & Wati, D. N. K. (2021). Penyakit Kronis Lebih Dari Satu Menimbulkan Peningkatan Perasaan Cemas Pada Lansia Di Kecamatan Cibinong. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, *19*(1), 49–54. Https://Doi.Org/10.7454/Jki.V19i1.433 Candrawati, S. A. K., & Sukraandini, N. K. (2022). Kecemasan Lansia Dengan Kondisi Penyakit Kronis. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *11*(2), 348. Https://Doi.Org/10.36565/Jab.V11i2.631

Dessy. (2022). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Desa Tolotio*.

Dewi, S. R., & Arifin, M. (2020). *Pengaruh Pelatihan Asertivitas Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis*.

Dinkes Prov Gorontalo. (2023). *Wujudkan Lansia SMART Di Provinsi Gorontalo, BKKBN Luncurkan Sekolah Lansia*. Https://Berita.Gorontaloprov.Go.Id/2024/07/30/Wujudkan-Lansia-Smart-Di- Provinsi-Gorontalo-Bkkbn-Luncurkan-Sekolah-Lansia/

Fauzan. (2021). *Teknik Latihan Asertif Pada Siswa*. *0*, 1–23.

Ficky Fadli Abas, Rama P Hiola, Rosmin Ilham. Faktor yang Mempengaruhi Minat Lansia dalam Mengikuti Posyandu Lansia di Wilayah Puskesmas Buko Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. 2022;Vol. 3.

Ginting, J., Halawa, A., & Wau, H. (2022). Determinan Kejadian Stroke Pada Lansia (Scooping Review). *Jurnal Keperawatan Priority*, *5*(2), 113–124. Https://Doi.Org/10.34012/Jukep.V5i2.2859

Haiga, Y., & Chaniago, R. S. (2024). Demensia. 283–291.

Hamna Vonny Lasanuddin, Rosmin Ilham, & Rianti P. Umani. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Peningkatan Kadar Kolesterol Lansia Di Desa Tenggela Kecamatan Tilango. Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia, 2(1), 22–34. https://doi.org/10.55606/jikki.v2i1.566

Inova, A. R., Zahra, R., & Rahman, S. (2025). Depresi Dan Kecemasan Pada Lansia : Memahami Tantangan Kesehatan Mental Di Usia Senja Depression And Anxiety In The Elderly : Understanding. 11171–11176.

Kadji, R. I. (2020). *Pengaruh Latihan Asertif (Role Playing) Terhadap Kemampuan Mengendalikan Marah Pada Klien Skizofrenia Dengan Perilaku Kekerasan Di Komunitas*.

Kemeskes, R. (2020). *Jumlah Lansia Di Indonesia*.

Khoeriyah, L. (2022). *Penyakit Kronis Yang Sering Terjadi Pada Lansia*. *19*(5), 1– 23.

Khusnul Khasanah, D. Ayu. (2019). *Faktor Perubahan Pada Lansia*. *Thamer 2009*, 6–55.

Iqbal Febrianto Lesar, Dewi Modjo, & Andi Akifa Sudirman. (2023). Hubungan Antara Kadar Kolesterol Dalam Darah dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Pkm Tabongo Kabupaten Gorontalo. Jurnal Medika Nusantara, 1(2), 01–14. https://doi.org/10.59680/medika.v1i2.267

Mendoza, S. D., Nieweglowska, E. S., Govindarajan, S., Leon, L. M., Berry, J. D., Tiwari, A., Chaikeeratisak, V., Pogliano, J., Agard, D. A., Bondy-Denomy, J., Chatterjee, P., Jakimo, N., Lee, J., Amrani, N., Rodríguez, T., Koseki, S. R. T., Tysinger, E., Qing, R., Hao, S., … Wang, H. (2020). EFEKTIVITAS TEKNIK LATIHAN ASERTIF GUNA MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI SMA N 1 PASIR SAKTI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR TAHUN AJARAN

2019/2020. *Nature Microbiology*, *3*(1), 641.

Http://Dx.Doi.Org/10.1038/S41421-020-0164-

Milita, F., Handayani, S., & Setiaji, B. (2021). Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Pada Lanjut Usia Di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *17*(1), 9. Https://Doi.Org/10.24853/Jkk.17.1.9-20

Moh Hanafi, Pramono Giri Kriswoyo, & Sigit Priyanto. (2022). Gambran Pengetahuan Dan Sikap Pendamping Lansia Setelah Menerima Pelatihan Tentang Perawatan Kesehatan

Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan*, *11*(1), 65–73. Https://Doi.Org/10.46815/Jk.

Nova, T. (2023). *Family Burden Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis*.

I4b1lh&Sig=Naou-Jifc9apo6ohtiqhavdwr-U&Redir_Esc=Y#V=Onepage&Q&F=False

Pariambo, H. (2021). *PERBEDAAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA DENGAN PENYAKIT KRONIS DI KELURAHAN PAI KECAMATAN BIRINGKANAYA SUDIANG KOTA MAKASSAR* (Vol. 19, Issue 5).

Pratiwi, E., Marcelin, A., Utami, M. P. S., Widyarani, L., Widyastuti, N., Taukhit, Adi,

G. S., Nasriyah, C., Juwita, F. I., Ade, Novitasari, A. Z., & Rahmanto, T.

Y. (2023). Edukasi Kesehatan Lansia Dengan Penyakit Kronik Melalui Pemanfaatan Bahan Alami Dan Budaya Hidup Sehat Di Rsud Wonosari Gunung Kidul. *I-Com: Indonesian Community Journal*, *3*(2), 754–761. Https://Doi.Org/10.33379/Icom.V3i2.2634

Putri, N. I. A. (2020). Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Personal Hygiene Lansia.

Repository Unimus, 6–31.

Https://Books.Google.Co.Id/Books?Hl=En&Lr=&Id=Htheeaaaqbaj&Oi=Fnd&Pg=PR1&Dq=Lansia+Dengan+Penyakit+Kronis&Ots=_9e-

Rindayati, R., Nasir, A., & Astriani, Y. (2020). Gambaran Kejadian Dan Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, *5*(2), 95. Https://Doi.Org/10.22146/Jkesvo.53948

Riniasih. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Proses Persalinan Ibu Primigravida Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Wirosari 1. 5(2), 32–38.

Setyowati, S., Sigit Purnomo, P., Agustina Rahayu, B., & Yulina Amry, R. (2022). Pengaruh Teknik Releasing Terhadap Kecemasan Pada Lansia. Coping: Community Of Publishing In Nursing, 10(5), 564. Https://Doi.Org/10.24843/Coping.2022.V10.I05.P13

Satrio, A. (2021). Latihan Asertif: Sebuah Intervensi Yang Efektif. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, *7*(1), 116–120. Https://Doi.Org/10.21009/Insight.071.10

Suri, M. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Penyakit Jantung Koroner Pada Lansia Di Posyandu Lansia Kelurahan

Rawasari. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, *3*(3), 249. Https://Doi.Org/10.36565/Jak.V3i3.195 Suyuti, H. (2019). *Penerapan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di Smp Negeri 33*

Makassar. 5–10.

Tarus, T. (2021). *Gambran Hubungan Pengetahuan Lansia Dan Peran Keluarga Dalam Mengatasi Kambuh Rematik Pada Lansia Di Puskesmas Dinoyo*.

Wardani, N. D. (2019). Manajemen Terapi Gangguan Perilaku Pada Demensia. Media Medika Muda, 3(3), 1–6. Https://Ejournal2.Undip.Ac.Id/Index.Php/Mmm/Article/View/6061

World Health Organitation. (2023). *Demensia*. Https://Www-Who- Int.Translate.Goog/News-Room/Fact-Sheets/Detail/Dementia?_X_Tr_Sl=En&_X_Tr_Tl=Id&_X_Tr_Hl=Id&_X_Tr_ Pto=Tc