

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. T., & Utami, T. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Benson pada Ny M dengan Nyeri Akut. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 647–658. <https://doi.org/10.37287/jppp.v6i2.2124>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Chang, W. H., Chen, W. T., Lee, I. H., Chen, P. S., Yang, Y. K., & Chen, K. C. (2016). Coexisting anxiety disorders alter associations with physical disorders in the elderly: A Taiwan cross-sectional nationwide study. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 70(5), 211–217. <https://doi.org/10.1111/pcn.12381>
- Dewi, R. (2024). Health Science Journal. *Health Science Journal*, 15(1), 201–209. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v15i01.1073>
- Fatma, R. E. (2019). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Lansia Posyandu Kelurahan Cilincing Jakarta Utara Tahun 2019*.
- Fatmawati, Nurhapsa, & Usman. (2021). Faktor-Faktor Sosial Ekonomi Yang Berhubungan Dengan Gangguan Mental Emosional Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Mappakasunggu Kota Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(2), 181–189. <https://doi.org/10.31850/makes.v4i2.546>
- Ferdi, R., Akbar, M. A., Charista, R., & Siahaan, J. (2023). Edukasi Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Manajemen Stress Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi. *Lentera Perawat*, 4(1), 8–14. <https://doi.org/10.52235/lp.v4i1.183>
- Goldberg, D. (2010). The detection and treatment of depression in the physically ill. *World Psychiatry*, 9(1), 16–20. <https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2010.tb00256.x>
- Hakim, L. N. (2020). Urgensi Revisi Undang-Undang tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 11(1), 43–55. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v11i1.1589>
- Hanifullah, J. (2015). *Perbedaan Efektifitas Terapi Musik Religi Dan Murottal Al Qur'an Terhadap Kecemasan Karena Kematian Pada Lansia*. 13. [https://repository.ump.ac.id/2789/3/Jahdan Hanifullah BAB II.pdf](https://repository.ump.ac.id/2789/3/Jahdan%20Hanifullah%20BAB%20II.pdf)

- Hawari, D. (2013). *Manajemen stress, cemas, dan depresi*. FKUI.
- Maciejewski, P. K., Maercker, A., Boelen, P. A., & Prigerson, H. G. (2016). "Prolonged grief disorder" and "persistent complex bereavement disorder", but not "complicated grief", are one and the same diagnostic entity: an analysis of data from the Yale Bereavement Study. *World Psychiatry*, 15(3), 266–275. <https://doi.org/10.1002/wps.20348>
- Mawarti, I., & Yuliana. (2021). Hipnotis Lima Jari Pada Klien Ansietas. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(3), 297–304.
- Mohammadpour, A., Sadeghmoghadam, L., Shareinia, H., Jahani, S., & Amiri, F. (2018). Investigating the role of perception of aging and associated factors in death anxiety among the elderly. *Clinical Interventions in Aging*, 13, 405–410. <https://doi.org/10.2147/CIA.S150697>
- Oka Aryana, K., Novitasari, D., Kep, S., Sc, N. M., Sekolah, D., Ilmu, T., Ngudi, K., & Ungaran, W. (2013). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Stres Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial Wening Wardoyo Ungaran. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 1(2), 186–195.
- Pradana, S. A. Z. (2023). Pengaruh senam tera terhadap penurunan tingkat kecemasan (ansietas) pada lansia di panti tresna werdha hargo Dedali surabaya. In *Perpustakaan Universitas Airlangga*. <http://repository.unair.ac.id/76634/>
- R. Winarti, P. A. (2021). Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Untuk Mengurangi Kecemasan Kader Pada Masa Pandemi Covid-19. *Journal.Uwhs.Ac.Id*, 1–23.
- Rashid, F. (2022). *Buku Metode penelitian Fathor Rasyid*.
- Reynolds, C. F., Jeste, D. V., Sachdev, P. S., & Blazer, D. G. (2022). Mental health care for older adults: recent advances and new directions in clinical practice and research. *World Psychiatry*, 21(3), 336–363. <https://doi.org/10.1002/wps.20996>
- Riyani. (2016). *Efektivitas Relaksasi Benson Dan Nafas Dalam Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Lansia* (Vol. 6, Issue 11).
- Robert, B., & Brown, E. B. (2004). *Teori Dan Praktik Pendekatan* (Issue 1). Sahir, S. H. (2022). *Metodologi Penelitian*.
- Sri Hartini. (2023). Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Ruang Dahlia RSUD Kota Tanjungpinang. *Jurnal Ventilator*, 1(4), 73–85. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i4.669>

- Tobing, D. L. (2022). Hubungan Self-Efficacy Dengan Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(2), 76–84. <https://doi.org/10.52021/ijhd.v4i2.105>
- Tobing, D. L. (2023). Tingkat Stres, Kecemasan Dan Penyesuaian Diri Pada Lansia Yang Di Tinggal Pasangan Hidup. *Indonesian Journal of Health Development*, 5(1), 39–50. <https://doi.org/10.52021/ijhd.v5i1.116>
- Uchmanowicz, I., Lomper, K., Gros, M., Kałużna-Oleksy, M., Jankowska, E. A., Rosińczuk, J., Cyrkot, T., & Szczepanowski, R. (2020). Assessment of frailty and occurrence of anxiety and depression in elderly patients with atrial fibrillation. *Clinical Interventions in Aging*, 15, 1151–1161. <https://doi.org/10.2147/CIA.S258634>
- World Health Organization. (2023). *Mental health of older adults*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
- World Health Organization. (2024). *Ageing and Health Fact Sheets*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Yusri, A. Z. dan D. (2020). Teori, Metode dan Praktik Penelitian Kualitatif. In *Jurnal Ilmu Pendidikan* (Vol. 7, Issue 2).