

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, F. (2017). *Hubungan kesehatan spiritual dengan kesejahteraan psikologis Lansia wanita empty nester di Desa Pageraji Kecamatan Cilongok*. [Skripsi]. Universitas Jenderal Soedirman.
- Amanda, N. D., Nurhidayah, T. M., & Ramadhani, T. Y. (2023). Menjaga kesehatan tubuh dalam perspektif islam. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(5), 373-380. <https://doi.org/10.55606/religion.v1i5.372>
- Anggarawati, T., & Sari, N. W. (2021). Peningkatan kualitas hidup lansia melalui self help group di rumah pelayanan sosial lanjut usia. *Indonesia Jurnal Perawat*, 6(1), 33–41. <https://doi.org/doi.org/10.26751/ijp.v6i1.1343>
- Angkat, L. A. (2022). Tinjauan hukum tentang kewajiban alimentasi antara anak kandung dengan orang tua menurut hukum islam. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Hukum [JIMHUM]*, 2(3).
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah. (2023). Proyeksi penduduk kabupaten/kota Provinsi Jawa Tengah 2020-2035 Hasil Sensus Penduduk 2020.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah. https://doi.org/https://jateng.bps.go.id/id/publication/2023/07/14/373be3755a_b9b9_02b7969101/proyeksi-penduduk-kabupaten-kota-provinsi-jawa-tengah-2020-2035-hasil-sensus-penduduk-2020-.html.
- Candra, A., Rachmawati, I. N., & Rekawati, E. (2024). Peran aktivitas fisik dan sosiodemografis dalam meningkatkan kesejahteraan lansia. *Faletehan Health Journal*, 11(1), 104–110. <https://doi.org/10.33746/fhj.v11i01.685>.
- Cendy, C., & Kartasasmita, S. (2024). Dinamika pembagian peran gender dalam hubungan pernikahan pada usia lanjut dan pensiun: analisis tinjauan sistematis. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 8(1), 79-88. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i1.27291.2024>
- Christina, E., & Martha, A. Y. (2025). Pengaruh terapi senam Lien Tien Kung terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia. *Jurnal kesehatan dan pembangunan*, 15(1), 152-158. <https://doi.org/10.52047/jkp.v15i1.373>.
- Destriande, I. M., Faridah, I., Oktania, K., & Rahman, S. (2021). Faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada lanjut usia. 2(1). <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i1.41>.
- Dewi, E. R., dkk (2021). Pelaksanaan senam lansia untuk peningkatan kualitas hidup lansia. <https://doi.org/10.37695/pkmcscr.v4i0.1208>.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. (2024). Profil kesehatan Kabupaten Banyumas 2024. <https://www.dinkes.banyumaskab.go.id>.
- Direktorat Statistik Kesejahteraan Rakyat (2024, Desember 31). Statistik penduduk lanjut usia 2024. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id>.

- Erpiana, A., & Fourianalistyawati, E. (2018). Peran trait mindfulness terhadap psychological well-being pada dewasa awal. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 67–82. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.1774>.
- Feriadi, A., Purwanti, E., & Novyriana, E. (2020). Gambaran tingkat penerapan prinsip etik keperawatan Di Ruang Rawat Inap Kelas III Rumah Sakit PK. Muhammadiyah Gombong. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(1), 19-27. <https://doi.org/10.26753/jikk.v16i1.426>.
- Ferrans, C. E., Zerwic, J. J., Wilbur, J. E., & Larson, J. L. (2005). Conceptual model of health-related quality of life. *Journal of nursing scholarship*, 37(4), 336-342. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2005.00058.x>
- Fitriana, L. N., Lestari, D. R., & Rahmayanti, D. (2021). Hubungan antara aktivitas fisik dengan tingkat kesepian pada lanjut usia di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 9(2), 169-179. <https://doi.org/10.20527/dk.v9i2.6544>
- Fitriana, E., Sari, R. P., & Wibisono, H. A. Y. G. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kesepian pada lansia. *Nusantara Hasana Journal*, 1(5), 97-104.
- Fridolin, A., Musthofa, S. B., & Suryoputro, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari Kota Semarang: Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal kesehatan komunitas (Journal of community health)*, 8(2), 381-389. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss2.1227>
- Gati, N., Dewi, P., & Prorenata (2023). Gambaran aktivitas fisik pada lansia dengan hipertensi di posyandu lansia Jalakan Hargosari. 4(1). <https://doi.org/10.30787/asjn.v4i1.1170>
- Gemini, S., Yulia, R., Siska, R., & Pakpahan, H. M. (2021). Keperawatan gerontik (M. Qasim, Ed.; Pidie). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Holdiah, D. (2019). *Hubungan aktivitas fisik lansia dengan pemenuhan Instrumental Activity of Daily Living (IADL) di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo:[Skripsi]*. Universitas Jember. <https://repository.unmuhjember.ac.id/id/eprint/7339>.
- Jasmita, R. (2024). Pengaruh dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis terhadap loneliness pada lansia. *Cons-Iedu*, 4(1), 11-25. <https://doi.org/10.151192/cons.v2i2>.
- Jayadi, R., Fadilah, M., & Zailani, A. (2025). Asosiasi pendapatan rumah tangga dengan tingkat stres pada lansia. *Journal of Medical and Health Sciences*, 1(2), 27-33. <https://doi.org/10.71094/jmhs.v1i2.164>
- Jeoung, B. (2020). *Correlation of physical fitness with psychological well-being, stress, and depression in Korean adults*. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 16(4), 351–355. <https://doi.org/10.12965/jer.2040454.227>.

- Jopingsan, C., & Kastuhandani, F. C. (2025). Sosialisasi dan Aktivitas Seni sebagai Upaya Preventif dalam Melindungi Kesejahteraan Psikologis Kelompok Masyarakat Lansia di Dusun Ngunut Kidul, Gunungkidul. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 6(3), 707-720. <https://doi.org/10.63447/jpni.v6i3.1583>.
- Khomaedy, A., Ro'isah, R. I., & Isnawati, I. A. (2024). Hubungan beban keluarga dan keaktifan senam dengan kualitas hidup lansia di Desa Pategalan Kecamatan Jatibanteng. *Quantum Wellness: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(4), 238-250. <https://doi.org/10.62383/quwell.v1i4.1061>
- Kurniawan, Y. M., & Susilarini, T. (2021). Gambaran psychological well-being di Komunitas Lansia Adi Yuswo Gereja St. Albertus Agung Harapan Indah Bekasi. *IKRA-ITH Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 5(2), 1-11.
- Kurniawati, B. D., Mulyani, S., & Warsini, S. (2024). Hubungan frekuensi latihan fisik dengan kualitas hidup lansia di BPSTW Yogyakarta Abiyoso. 7(6), 1304–1312. <https://doi.org/https://doi.org/10.47650/jpp.v7i6.1620>.
- Lestari, P. W. (2021). Peningkatan pengetahuan dosen rumpun ilmu kesehatan tentang etik penelitian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti Parahita*, 2(02).
- Lugasi, M. M., & Asmawati, W. O. (2024). Mencapai successful aging di masa lanjut usia melalui aktivitas sehari-hari. *HUMANUS: Jurnal Sosiohumaniora Nusantara*, 1(2), 313-325. <https://doi.org/10.62180/jzr3se53>
- Lumban, D. (2025). Dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, dan tingkat kesepian lansia. *Indonesian Journal of Health Development*, 7(2), 15-24. <http://orcid.org/0000-0002-9187-7179>
- Manafe, L. A., & Berhimpon, I. (2022). Hubungan tingkat depresi lansia dengan interaksi sosial lansia di BPSLUT Senja Cerah Manado. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(1), 749-758. <https://doi.org/10.47492/jih.v11i1.1979>
- Mangundjaya, W. (2024). Bermain sebagai sarana pengembangan kesejahteraan fisik (physical well-being) pada para lansia. *Jurnal Pengabdian Sosial*. <https://doi.org/10.59837/1mf8bz49>
- Mar'atussolikha, A. M. U., Kusumawardani, L. H., & Pratama, K. N. (2025). *The Relationship Between Self Concept, Social Support, and Psychological Well-being of Empty-nest Elderly*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan SHT*, 20(1), 10-18. <https://doi.org/10.30643/jiksht.v20i1.398>.
- Mertika, A., Mitskidou, P., & Stalikas, A. (2020). “Positive Relationships” and their impact on wellbeing: A review of current literature. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 25(1), 115-127. https://doi.org/10.12681/psy_hps.25340
- Nabilah, H. H. (2025). *Hubungan koping religius dengan kesejahteraan psikologis lansia empty nester di Desa Pasinggangan Kabupaten Banyumas*. [Skripsi].

Universitas Jenderal Soedirman.
<https://repository.unsoed.ac.id/id/eprint/31363>.

- Nafidah, N. (2014). *Hubungan antara aktivitas fisik dengan tingkat kognitif lanjut usia di panti sosial tresna werdha Budi Mulia 4 Margaguna Jakarta Selatan*. [Skripsi]. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/25628>
- Naibaho, S., P, Sihombing, E., M., & Manullang, M.. (2024). Pentingnya peran pembinaan bagi kehidupan lansia. *Jurnal Kajian Dan Penelitian Umum*, 2(6), 185–191. <https://doi.org/10.47861/jkpu-nalanda.v2i6.1452>
- Nalle, N. C., & Soetjiningsih, C. H. (2020). Gambaran pyschological well being pada lansia yang berstatus janda. *Psikologi Konseling*, 16(1). <https://doi.org/10.24114/konseling.v16i1.19146>
- Ngadiran, A., & Pujiati, E. (2024). Efektivitas senam lansia terhadap perubahan depresi dan kualitas hidup lansia. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 2721–8007. <https://doi.org/10.46815/jk.v13i1.227>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan* (5th ed.). Rineka Cipta. <https://doi.org/10.31219/osf.io/cmrv89>.
- Nur'amalia, R., Rabia, R., Riswana, R., Adhim, Z. M., & Mahaputra, H. (2022). Pelatihan aktivitas fisik dan latihan fisik pada lansia berbasis video edukasi. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 132–137. <https://doi.org/10.25008/altifani.v2i2.211>.
- Nurhikmah, N., Taibe, P., & Zubair, A. G. H. (2022). Gambaran psychological well-being pada wanita dewasa madya lajang bersuku bugis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 95-106. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i1.1442>.
- Nurlianawati, L., Utami, W. A., & Rhayu, S. M. (2020). Hubungan interaksi sosial dengan kualitas hidup lansia di PSTW Ciparay. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8(1), 100-105.
- Octavia, I. A., Lenggogeni, P., & Mayhart, R. (2022). Psychological well-being pada lansia. *Jurnal Sudut Pandang*, 2(12), 1-9. <https://doi.org/10.55314/jsp.v2i12>
- Oktavianti, A., & Setyowati, S. (2020). Interaksi sosial berhubungan dengan kualitas hidup lansia. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2(2), 120-129. <https://doi.org/10.32807/jkt.v2i2.68>
- Pakiding, E. P. B., & Ardiyanto, A. (2023, October). Survei Kemandirian dalam Melakukan Aktivitas Sehari-hari pada Lansia tanpa Keluarga Dekat. In *Prosiding Seminar Nasional Teknik Industri (SENASTI)* (Vol. 1, pp. 335-344). <https://ojs.uajy.ac.id/index.php/SENASTI/article/view/7891>
- Palit, I. D., Kandou, G. D., Kaunang, W. J. P. (2021). Hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia di Desa Salurang Kecamatan Tabukan Selatan Tengah Kabupaten Kepulauan Sangihe. In *Jurnal Kesmas* (Vol. 10, Issue 6).

<https://doi.org/https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/35457>.

- Prasetyo, V. A. A., & Sahrani, R. (2024). Gambaran perma pada lansia yang melaksanakan kegiatan hortikultura. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(04), 246-266. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i04.4835>
- Pratama, A. F., & Murtiyani, N. (2023). Hubungan resiliensi dengan kesejahteraan psikologis pada lanjut usia. *Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 90-99. <https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.271>
- Pratiwi, V. J., Efendi, F., & Fariska, F. (2025). Kesejahteraan psikologis pada lansia aktif bekerja: perspektif psikologi positif. *Journal of Medical Practice and Research*, 1(1), 35-41. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>
- Priantara, I. M. D., Paramurthi, I. P., & Astrawan, I. P. (2021). Hubungan aktivitas fisik terhadap kualitas tidur dan fungsi kognitif pada kelompok Lansia Dharma Sentana, Batubulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(2), 110-120. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i2.628>.
- Puspitarini, N. A., Hastutiningtyas, W. R., & Putri, R. S. M. (2025). Analisis hubungan geriatric syndrome dan self acceptance lansia. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(1), 22-35. <https://doi.org/10.33366/nn.v9i1.3197>
- Putri, M. E., Kurniati, S. R., & Agustiar, E. (2024). Aktivitas fisik berhubungan dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi. <https://www.ejournalwiraraja.com/index.php/FIK>.
- Putro, S. A., & Mariyati, L. I. (2024). Senam lansia dan kesejahteraan psikologis studi wilayah Mojokerto. *Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 13-13. <https://doi.org/10.47134/islamicpsychology.v1i2.65>
- Rahmawati, P., Indrianti, D. T., & Alkornia, S. (2021). Kemandirian masyarakat lanjut usia melalui kampung lanjut usia. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 5(2), 14-18. <https://doi.org/10.19184/jlc.v5i2.30809>
- Ramírez-Gomez, D. C., Vallejo Osorio, A. N., Bahamon Cerquera, P. E., Roa Cruz, A. M., & Monterrosa Quintero, A. (2023). *Levels of physical activity and psychological well-being of the elderly in Rural Areas*. *Retos*, 51. <https://doi.org/10.47197/retos.v51.100441>.
- Safrudin, M. B., (2022). Efektivitas latihan fisik dan yoga dengan kecemasan lansia di Samarindaa. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*. 17(2). <https://doi.org/10.36086/jpp.v17i2>
- Setiarsih, D., & Syariyanti, I. (2020). Hubungan harga diri dan interaksi sosial dengan fungsi kognitif pada lansia. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 1(1), 10-17. <https://doi.org/10.30587/ijpn.v1i1.2015>
- Sihab, B. A., & Nurchayati, N. (2021). Loneliness pada lansia yang tinggal sendiri. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 165-175. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i8.41699>

- Supradewi, R. (2025). Olahraga dan kesejahteraan psikologis. In Prosiding Seminar Psikologi (PROSEPSI) (Vol. 2, No. 2, pp. 125-130). <https://doi.org/10.24176/ad33j103>
- Susanti, M. L., & Mariyati, L. I. (2024). Dukungan keluarga dan kesejahteraan psikologis lansia di Desa Kesambi. *Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 11-11. <https://doi.org/10.47134/islamicpsychology.v1i2.88>
- Tandiallo, R. S., Rifani, R., & Siswanti, D. N. (2022). Kesejahteraan Psikologis pada Lansia yang Merawat Cucu. *Sulawesi Tenggara Educational Journal*, 2(2), 99-106. <https://doi.org/10.54297/seduj.v2i2.272>
- Wahyuni, E. S., & Arifiati, R. F. (2025). Analisis faktor yang berhubungan dengan aktivitas sosial lansia di masyarakat. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 4(1), 29-37. <https://doi.org/10.57218/jkj.Vol4.Iss1.1426>
- Wahyuni, E. S., & Prasetyaningsih, R. H. (2020). The Pemberdayaan Masyarakat dengan Aktivitas Leisure: Community Empowerment with Leisure Activities. *Jurnal Empathy Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 125-136. <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v1i2.19>
- Wenny, B. , P. ,. (2024). *Kesejahteraan psikologis lansia*. Eureka Media Aksara[Ebook].<https://doi.org/https://repository.penerbiteureka.com/publications/568510/kesejahteraan-psikologis-lansia>.
- Wibowo, S., Wiriawan, O., Jannah, M., Marsudi, I., Arief, N. A., & Kaharina, A. (2022). Kesadaran untuk peningkatan kebugaran dan kesejahteraan psikologis pada perkumpulan Klub Jantung Sehat Lokasi Mas. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 74-82. <https://doi.org/10.55681/swarna.v1i2.49>
- Widyaningtyas, E., & Catur, E. (2025). Pelayanan sosial mempengaruhi kesejahteraan psikologis lansia di Rumah Wanula Pondok Kasih Sedati-Sidoarjo. *Opus Deo: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 10-18.
- Wilson, I. B., & Cleary, P. D. (1995). Linking clinical variables with health-related quality of life: a conceptual model of patient outcomes. *Jama*, 273(1), 59-65.
- World Health Organization (2025, Oktober 1). Overview : *Ageing and Health*: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Yuniandita, A. S., & Wahyuni, E. S. (2024). Pengaruh Senam Tai Chi terhadap Psychological Wellbeing Lansia di Posyandu Sugih Waras, Desa Ngargorejo, Kecamatan Ngemplak, Boyolali. *Jurnal Terapi Wicara dan Bahasa*, 2(2), 714-723.
- Yuswatiningsih, E., & Suhariati, H. I. (2021). Hubungan tingkat pendidikan dengan kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari hari. *Hospital majapahit: Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Mojokerto*, 13(1), 61-70. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4558447>.

Zahroh, F., Nurmaguphita, D., & Rahayu, P. P. (2025). Aktivitas fisik berhubungan dengan tingkat kecemasan pada komunitas lansia di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 3(7), 199-209.

Zakaria, A., Nurmayunita, H., & Rinawati, F. (2024). Perilaku caring Perawat terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis lansia di Pondok Lansia Al Islah Malang. *Jurnal Kebidanan*, 13(1).
<https://doi.org/10.35890/jkdh.v13i01.334>

