

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA TUA PADA LANSIA DI PANTI JOMPO ANNISA UMMUL KHAIRAT BENGKONG KOTA BATAM

Syarifah Nur Abriza dan Yuli Mariany
Department of Medical Education, Faculty of Medicines
Universitas Batam, Batam, Indonesia
syarifah_nur@google.com; yuli.mariany@univbatam.ac.id;

ABSTRACT

Relationship between emotional intelligence with anxiety facing old age in elderly at Panti Jompo Annisa Ummul Khairat Bengkong Batam City. Aging is a cumulative change in living things, including the body, tissues and cells, which have decreased functional capacity. Emotional Intelligence is an emotional ability that includes the ability to control oneself, have endurance when faced with a problem, able to control impulse, self motivate, able to set the mood, ability to empathize and build relationships with others. Objective knowledge of the relationship between emotional intelligence with the anxiety of facing old age in elderly at Panti Jompo Annisa Ummul Khairat Bengkong Batam City 2017. This type of research in this study was analytical survey with cross sectional approach. The elderly population is replaced by the elderly. The samples was derived by using total sampling technique, numbered 45 elderly. Univariate result, Majority of elderly have moderate emotional intelligence counted 26 responden (57,8%). The majority of the elderly have mild anxiety as many as 23 responden (51.1%). Result of bivariate test, square test obtained p value = 0,002 ≤ 0,05. There is a significant correlation between emotional intelligence with old age anxiety in elderly at Panti Jompo Annisa Ummul Khairat Bengkong Batam City 2017.

Keywords: Emotional Intelligence, Anxiety Facing Old Age

PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. Proses menua adalah proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tapi dimulai dari permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah memulai tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua. Tiga ini berbeda, baik secara biologis maupun psikologis.

Dalam Undang-Undang Kesehatan ditujukan pasal 138 disebutkan bahwa

upaya pemeliharaan kesehatan bagi lanjut usia ditujukan untuk menjaga agar para lanjut usia tetap sehat dan produktif secara sosial dan ekonomis. Untuk itu pemerintah wajib menjamin ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan dan memfasilitasi kelompok lanjut usia untuk tetap dapat hidup mandiri dan produktif secara sosial dan ekonomis (Rikesdas, 2007).

Menurut Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 dinyatakan bahwa usia 60 tahun keatas adalah yang paling layak disebut usia lanjut. Usia biologis adalah usia yang sebenarnya. Dimana biasanya

diterapkan kondisi pematangan jaringan sebagai indeks usia biologis. Tahap usia lanjut adalah tahap dimana terjadi penuaan dan penurunan, yang penurunannya lebih jelas dan lebih dapat diperhatikan dari pada tahap usia baya (Rikesdas, 2007).

Penuaan merupakan perubahan kumulatif pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan dan sel, yang mengalami penurunan kapasitas fungsional. Pada manusia, penuaan dihubungkan dengan perubahan degeneratif pada kulit, tulang jantung, pembuluh darah, paru-paru, saraf dan jaringan tubuh lainnya. Dengan kemampuan regeneratif yang terbatas, mereka lebih rentan terhadap berbagai penyakit, sindroma dan kesakitan dibandingkan dengan orang dewasa lain. Penurunan ini terutama penurunan yang terjadi pada kemampuan otak (Marianliwun, 2014).

Secara individual, pada usia diatas 50 tahun terjadi proses penuaan secara alamiah. Hal ini dapat menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis. Dengan bergesernya pola perekonomian dan pertanian ke industri, maka pola penyakit juga bergeser dari penyakit menular kepenyakit tidak menular (degeneratif). Meskipun secara ilmiah penurunan fungsi berbagai organ, tetapi tidak harus menimbulkan penyakit oleh karena usia lanjut harus sehat.

Saat ini, diseluruh dunia jumlah orang lanjut usia (lansia) diperkirakan ada 600an juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar. Secara demografis, berdasarkan sensus pada tahun 2010, jumlah penduduk berusia 60 tahun keatas yang tinggal

diperkotaan sebesar 12.380.321 (9,58%) dan yang tinggal di perdesaan sebesar 15.612.232 (9,97%). Seiring dengan peningkatan umur harapan hidup penduduk lanjut usia di dunia, jumlah lanjut usia yang mengalami masalah juga meningkat (Nugroho, 2014).

Asia menempati urutan pertama dengan populasi lansia terbesar, dimana pada tahun 2015 berjumlah 508 juta populasi lansia, menyumbang 56% dari populasi lansia di Dunia. Sejak tahun 2000 populasi lansia indonesia melebihi 7% (Kemenkes RI, 2014). Berarti Indonesia mulai masuk kedalam kelompok negara beerstruktur lansia (*ageing population*). Menurut United Nasution (2013), pada tahun 2014 populasi lansia Indonesia yang berumur 60 tahun atau lebih berada pada urutan 108 dari sluruh negara di dunia. Indonesia akan masuk menjadi sepuluh besar negara dengan jumlah lansia terbesar, yaitu berkisar 10 juta lansia.

Menurut Shapiro (2001), mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai himpunan suatu fungsi jiwa yang melibatkan kemampuan memantau intensitas perasaan atau emosi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain. Individu memiliki Kecerdasan Emosional tinggi memiliki keyakinan tentang dirinya sendiri, penuh antusias, pandai memilah semuanya dan menggunakan informasi sehingga dapat membimbing pikiran dan tindakan.

Penyesuaian diri lanjut usia pada kondisi psikologisnya berkaitan dengan dimensi emosionalnya dapat dikatakan bahwa lanjut usia dengan keterampilan emosi yang berkembang baik berarti kemungkinan besar ia akan bahagia dan

berhasil dalam kehidupan, menguasai kebiasaan pikiran yang mendorong produktivitas mereka. Orang yang tidak dapat menghimpun kendali tertentu atas kehidupan emosinya akan mengalami pertarungan batin yang merampas kemampuan mereka untuk berkonsentrasi ataupun untuk memiliki pikiran yang jernih. Ditinjau dari aspek yang lain respon-respon emosional mereka lebih spesifik, kurang bervariasi, dan kurang mengena pada suatu peristiwa dari pada orang-orang muda. Bukan hal yang aneh apabila orang-orang yang berusia lanjut memperlihatkan tanda-tanda kemunduran dalam berperilaku emosional; seperti sifat-sifat yang negatif, mudah marah, serta sifat-sifat buruk yang biasa terdapat pada anak-anak (Gitta M, 2012).

Kota Batam merupakan salah satu kota yang terdapat di provinsi kepulauan Riau dengan jumlah penduduk 1.056.701 jiwa dari berbagai wilayah di kota Batam, berdasarkan hasil sensus penduduk lansia tahun 2013 di Kota Batam 44,596 jiwa Depkes Batam (2013).

Data *presurvey* peneliti tanggal 14 April 2017 Di di Panti Jompo Annisa

Ummul Khairat Bengkulu, jumlah lansia sebanyak 45 orang, dari hasil wawancara peneliti dengan petugas yang ada di Panti Jompo tersebut diperoleh data, kebanyakan lansia yang berada disini memiliki kecemasan karena merasa diri sendiri karena di tinggal pasangannya, dianggap sudah tidak mampu untuk melakukan aktivitas sehari-harinya dan bahkan ada yang sakit dan butuh bantuan orang lain. Dan lansia yang lain ada yang sensitif atau mudah marah, tidak mau bersosialisasi dengan sesama lansia.

Dari data diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa tua pada lansia di Panti Jompo Annisa Ummul Khairat Bengkulu Kota Batam Tahun 2017.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian “Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa tua pada lansia di di Panti Jompo Annisa Ummul Khairat Bengkulu Kota Batam Tahun 2017. Hasil penelitian ini menjelaskan analisa univariat dan analisa bivariat. Adapun hasil penelitian adalah sebagai berikut:

Analisis Univariat: Kecerdasan Emosional Lansia

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecerdasan Emosional Lansia

Kecerdasan Emosional Lansia	f	Persentase (%)
Tinggi	18	40
Sedang	26	57,8
Rendah	1	2,2
Total	45	100

Berdasarkan hasil tabel diatas dapat dijelaskan jumlah responden sebanyak 45 orang lansia yang memiliki kecerdasan emosional lansia yang Tinggi sebanyak 18 orang (40%), yang kecerdasan emosional yang sedang sebanyak 26 orang (57,8%) dan yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah sebanyak 1 orang (2,2%).

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain (Gardner tersebut, Salovey dalam Goleman, 2009). Kecerdasan emosi mencakup pengendalian diri, semangat, ketekunan serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan emosi, tidak melebihi-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, kemampuan membaca perasaan terdalam orang lain (empati) dan berdoa, kemampuan memelihara hubungan dengan sebaik-baiknya, kemampuan untuk menyelesaikan konflik, serta kemampuan untuk memimpin (Goleman, 2008 dalam Sawartuti, 2010).

Tingkat kecerdasan yang rendah dipengaruhi oleh beberapa hal salah satunya yaitu umur responden. Distribusi umur responden

menunjukkan bahwa sebagian besar adalah lansia. Urry & Gross (2010) mengemukakan bahwa penuaan secara umum diikuti oleh penurunan kemampuan fisik, kognitif, dan dimensi sosial. Penurunan kemampuan kognitif pada lansia berdampak pada terjadinya penurunan kemampuan menganalisis situasi yang dihadapi oleh lansia. Lansia yang tergolong dalam kelompok madya dan tua (*old*) mengalami penurunan dalam menilai ulang situasi yang dia alami, sehingga menyebabkan penilaiannya terhadap suatu situasi menjadi berkurang.

Hasil penelitian diatas yang peneliti lakukan sejalan dengan pembahasan teori dan hasil penelitian sebelumnya terkait kecerdasan emosi pada lansia, dari hasil penelitian diperoleh mayoritas responden lansia memiliki kecerdasan emosional yang sedang sebanyak 26 orang (57,8%). Hal ini sejalan dengan teori menyatakan makin bertambahnya usia seorang lansia di ikuti oleh penurunan semua sistem tubuh salah satunya kecerdasan emosi, perubahan kemampuan kognitif juga terjadi yaitu orientasi umum dan persepsi terhadap waktu dan ruang atau tempat, juga mundur, erat hubungannya dengan daya ingat dan sudah mundur, dan bahkan dari hasil penelitian terdapat 1 orang (1,1%) lansia yang masih memiliki kecerdasan yang tinggi dan sebagian kecil pada lansia memiliki kecerdasan emosi yang rendah sebanyak 18 orang (40%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecemasan Lansia Menghadapi Masa Tua

Kecemasan Lansia Menghadapi Masa Tua	f	Persentase (%)
Cemas Berat	17	37,8
Kecemasan Ringan	23	51.1
Tidak Cemas	5	11.1

Berdasarkan hasil tabel diatas dapat dijelaskan jumlah responden sebanyak 45 orang lansia yang memiliki kecemasan lansia menghadapi masa tua yang memiliki kecemasan berat sebanyak 17 orang (37,8%), yang kecemasan ringan sebanyak 23 orang (51,1%) dan yang memiliki tidak cemas sebanyak 5 orang (11,1%).

Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas menyebar di alam dan terkait dengan perasaan ketidak pastian dan ketidak berdayaan. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Ansietas dialami secara subjektif dan dikomunikasikan secara interpersonal. Ansietas berbeda dengan rasa takut, yang merupakan penilaian intelektual terhadap bahaya. Ansietas adalah respon emosional terhadap penilaian tersebut. Kapasitas untuk menjadi cemas diperlukan untuk bertahan hidup, akan tetapi tingkat ansietas yang berat tidak sejalan dengan kehidupan (Stuart & Sundeen, 2006).

Sedangkan menurut Rivai (2000), kecemasan merupakan unsur kejiwaan yang menggambarkan perasaan, keadaan emosional yang dimiliki seseorang pada saat menghadapi kenyataan atau kejadian dalam hidupnya. Wahyuni, (2013), menyampaikan 5 penyebab gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) berikut ini yang salah satunya adalah stres dan hasil penelitian menunjukkan, stres berat atau stres berkepanjangan dapat

mengubah sel-sel saraf di otak yang berkaitan dengan kontrol emosi. stres inilah yang lama kelamaan berkembang dan menyebabkan gangguan kecemasan atau anxiety disorder.

Hasil penelitian Elis Deti Dariah (2015), dari tabel 4.2 di atas dapat terlihat bahwa dari 66 responden, tidak satupun dari responden yang tidak mengalami kecemasan, sangat sedikit responden yaitu 5 responden (7,6%) termasuk kedalam kategori kecemasan ringan, sebagian besar responden yaitu 40 responden (60,6 %) termasuk kedalam kategori kecemasan sedang, sebagian kecil responden yaitu 21 responden (31,8%) termasuk kategori kecemasan berat, dan tidak satupun responden yang termasuk kedalam kategori panik. Hasil penelitian diatas yang peneliti lakukan sejalan dengan pembahasan teori dan hasil penelitian sebelumnya terkait kecemasan pada lansia menghadapi masa tua, dari hasil penelitian diperoleh mayoritas responden lansia memiliki tingkat kecemasan yang ringan sebanyak 23 orang (51,1%).

Hal ini karena kecemasan yang dialami oleh lansia ini benda-benda karena ada karena situasi yang dihadapi, adapula karena sudah tidak bisa melakukan aktifitas yang berat bahkan ada lansia dalam beraktivitas dibantu oleh anggota keluarganya. Sedangkan dari hasil penelitian ada sebanyak 17 orang (37,8%) yang tidak mengalami cemas,

dan ada lansia yang memiliki (11,1%).
kecemasan berat sebanyak 5 orang

Pembahasan Bivariat

Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Tua Pada Lansia di Panti Jompo Annisa Ummul Khairat Bengkulu Kota Batam Tahun 2017

Tabel 3
Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Tua Pada Lansia

Kecerdasan Emosional	Kecemasan Menghadapi Masa Tua Pada Lansia						Total	p Value	
	Berat		Ringan		Tidak Cemas				
	f	%	f	%	f	%			
Tinggi	4	8,9	14	31,1	0	0	18	40	0,002
Sedang	13	28,9	9	20	4	8,9	26	57,8	
Rendah	0	0	0	0	1	2,2	1	2,2	
Total	17	37,8	23	51,1	5	11,1	45	100	

Hasil uji statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai $p\ value = 0,002 \leq 0,05$ dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa tua pada lansia Di di Panti Jompo Annisa Ummul Khairat Bengkulu Kota Batam Tahun 2017.

Robert dan Cooper dalam Ary Ginanjar Agustian (2001), mengungkapkan bahwa Kecerdasan Emosional adalah kemampuan merasakan, memahami dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, emosi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi. Individu yang mampu memahami emosi individu lain, dapat bersikap dan mengambil keputusan dengan tepat tanpa menimbulkan dampak yang merugikan kedua belah pihak. Emosi dapat timbul setiap kali individu mendapatkan rangsangan yang

dapat mempengaruhi kondisi jiwa dan menimbulkan gejala dari dalam.

Emosi yang dikelola dengan baik dapat dimanfaatkan untuk mendukung keberhasilan dalam berbagai bidang karena pada waktu emosi muncul, individu memiliki energi lebih dan mampu mempengaruhi individu lain. Segala sesuatu yang dihasilkan emosi tersebut bila dimanfaatkan dengan benar dapat diterapkan sebagai sumber energi yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas, mempengaruhi orang lain dan menciptakan hal-hal baru. Penyesuaian diri lanjut usia pada kondisi psikologisnya berkaitan dengan dimensi emosionalnya dapat dikatakan bahwa lanjut usia dengan keterampilan emosi yang berkembang baik berarti kemungkinan besar ia akan bahagia dan berhasil dalam kehidupan, menguasai kebiasaan pikiran yang mendorong produktifitas mereka. Orang yang tidak dapat menghimpun kendali tertentu atas

kehidupan emosinya akan mengalami pertarungan batin yang merampas kemampuan mereka untuk berkonsentrasi ataupun untuk memiliki pikiran yang jernih.

Ditinjau dari aspek yang lain respon-emosional mereka lebih spesifik, kurang bervariasi, dan kurang mengena pada suatu peristiwa dari pada orang-orang muda. Bukan hal yang aneh apabila orang-orang yang berusia lanjut memperlihatkan tanda-tanda kemunduran dalam berperilaku emosional; seperti sifat-sifat yang negatif, mudah marah, serta sifat-sifat buruk yang biasa terdapat pada anak-anak (Gitta M, 2012).

Orang dengan keterampilan emosi yang berkembang baik berarti kemungkinan besar ia akan bahagia dan berhasil dalam kehidupan, menguasai kebiasaan pikiran yang mendorong produktivitas mereka. Orang yang tidak dapat menghimpun kendali tertentu atas kehidupan emosinya akan mengalami pertarungan batin yang merampas kemampuan mereka untuk berkonsentrasi pada karir/pekerjaan ataupun untuk memiliki pikiran yang jernih (Workpress, 2008).

Ohman & Soares (1998) dalam Workpress (2008), melakukan penelitian yang menghasilkan kesimpulan bahwa sistem emosi mempercepat sistem kognitif untuk mengantisipasi hal buruk yang mungkin akan terjadi. Stimuli yang relevan dengan rasa takut menimbulkan reaksi bahwa hal buruk akan terjadi. Terlihat bahwa rasa takut mempersiapkan individu untukantisipasi datangnya hal tidak menyenangkan yang mungkin akan terjadi. Secara otomatis individu akan bersiap menghadapi hal-hal buruk

yang mungkin terjadi bila muncul rasa takut.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi KA (2011), dengan judul Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai Negeri Sipil, dengan hasil analisis dengan menggunakan tehnik korelasi product momen deiperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,677$ serta taraf signifikansi $0,000 < 0,005$. Dari hasil analisis tersebut, maka dapat dikemukakan ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pegawai Negeri Sipil. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi pensiun, begitu juga sebaliknya. Peran kecerdasan emosi terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun sebesar 45,8%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dan hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa terdapat terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa tua pada lansia di di Panti Jompo Annisa Ummul Khairat Bengkulu Kota Batam Tahun 2017. Hal ini sesuai teori yang dikemukakan oleh Back dalam Hurlock (2006), seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik, akan lebih mampu mengatur emosinya sehingga dapat meminimalisasi atau menghindari perasaan cemas yang dialaminya.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan dengan judul hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa tua pada lansia di Panti Jompo Annisa Ummul Khairat

Bengkong Kota Batam Tahun 2017, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan:

1. Mayoritas lansia memiliki kecerdasan emosional yang sedang sebanyak 26 orang (57,8%).
2. Mayoritas lansia memiliki kecemasan masa tua ringan sebanyak 23 orang (51,1%)
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa tua pada lansia di di Panti

DAFTAR PUSTAKA

- Ary Ginanjar Agustian (2001). *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional Dan Spritual*. Jakarta: Agrat
- Adhimah, (2014). *Hipotesis*. <http://Nuradhimah.Blogspot.Co.Id/Hipotesis.Html>. Diakses 05 Mei 2017
- Badan Pusat Statistik R.I, (2014). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2009*. Jakarta: Badan Pusat Statistik R
- Depkes Batam, (2013). *Data Dinas Kesehatan Usia Lanjut*. Batam
- Dewi K, (2011). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Lansia*. <http://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/Article/>. Diakses 5 Mei 2017
- Elis Deti Dariah (2015). *Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat* <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk/article/download/156/149>. Diakses 27 Juli 2017
- Gitta M, (2011). *Psikologi Lansia*. <http://psikologilansia.html>. Diakses 5 Mei 2017
- Jompo Annisa Ummul Khairat Bengkulu Kota Batam Tahun 2017 dengan nilai $p \text{ value} = 0,002 \leq 0,05$.
- #### **SARAN**
- Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan bahan masukan agar kedepannya para lansia dapat menjalani hari tuanya dengan bahagia dengan kecerdasan emosional yang baik dan tanpa di bayangi rasa cemas menghadapi hari tuanya.
- Goleman, D, (2009). *Emotional Intelligence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Hawari D, (2001). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- I Gusti Ayu (2015). *Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Penyesuaian Diri Pada Perempuan Usia Perimenopause Di Denpasar Selatan*. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/Psikologi/Article/View>. Diakses 27 Juli 2017
- Jayanti, (2016). *Demografi Populasi Penduduk Lanjut Usia Di Dunia Dan Indonesia*. <https://www.slideshare.net/gusti-putri-jayanti/prevalensi-lansia-di-dunia-dan-indonesia>. Diakses pada tanggal 16 April 2017
- Kemenkes RI, (2014). *Populasi Lansia Diperkirakan Meningkat Hingga Tahun 2020*. www.depkes.co.id. Diakses Tanggal 20 April 2017
- Lukluk A, Zuyina Dan Siti Bandiyah, (2008). *Psikologi Kesehatan*. Jogjakarta: 65 Nuha Offse

- Maryam, R. (2012). *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Marialiwun, (2014). *Kecemasan Pada Lansia*
<http://marialiwun.wordpress.com/2014/09/16/kecemasan-pada-lansia>. Diakses 16 April 2017
- Mauren Gitta (2012). *Psikologi Lansia*
<http://Maurengitta.Blogspot.Co.Id/2012/03/Psikologi-Lansia.Html>. Diakses 16 April 2017
- Mundzir, Mukhammad (2012) *Perbedaan Perkembangan Sosial-Emosional Remaja Awal Yang Tinggal Di Pondok Pesantren (Bahrul Maghfiroh) Dengan Remaja Awal Yang Tinggal Di Rumah*
<http://etheses.uin-malang.ac.id/2195/>. Diakses 03 Mei 2017
- Notoatmojo, Soekidjo, (2007). *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, W (2014). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Edisi-3. Jakarta: EGC.
- Nugroho, W (2000). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Edisi-1. Jakarta: EGC.
- Poppy Driyan Rahmadesi (2016). *Ubungan Kecerdasan Emosional Dengan Hipertensi di Desa Tanjungsari Kecamatan Pacitan Surakarta 2016*.
<http://eprints.ums.ac.id/44893/1/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf> Diakses 27 Juli 2017.
- Shapiro, L.E, (2003). *Mengajarkan Emosional Intelligence Pada Anak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Usnanto, 2005 *Hubungan Kecerdasan Emosi (Emotional Intelligence) Dengan Prestasi Belajar Aqidah Akhlak Siswa Kelas III Mts. Nurul Yaqin Legok-Tangerang*.
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/pdf>. Diakses 05 Mei 2017.
- Yulisubandi, (2009). *Kecerdasan Emosi Menurut Daniel Goleman*. Tersedia
<http://yulisubandi.blog.binusian.org/2009/10/19/kecerdasan-emosi-menurut-daniel-goleman>. Diakses Tanggal 13 Mei 2017
- Retno Lestari (2013). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian Activities Of Daily Living (ADL) Pada Lanjut Usia Di Panti Werdha*.
<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=347759&val=7365&title>. Diakses 27 Juli 2017
- Rikesdas, (2007). *Gambaran Kesehatan Lansia*.
www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin. Diakses 5 Mei 2017.
- Rumengan J, (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan Penuntun Praktis Bagi Pemula*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press
- Sumiarti, Dkk,(2012), *Teori U Pembahasan Lansia Keposyandu*
[Http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/71bfc0935f0775fedf3ae8765cd_b2693.Pdf](http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/71bfc0935f0775fedf3ae8765cd_b2693.Pdf) Diakses Pada Tanggal 5 Mei 2017
- Tindaon S (2013). *Kerangka Teoritis Dan Pengembangan Hipotesis*.
<http://shantycr7.blogspot.co.id/2013/08/kerangka-teori-dan-pengembangan.html>. Diakses tanggal 5 Mei 2017
- Taufik Nugroho, (2014). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia Lansia Yang Mengalami*

- Arthritis Rheumatoid Di Wilayah Kerja Puskesmas Cendrawasi. <https://www.scribd.com/doc/251335693>. Diakses 7 Mei 2017
- Urry, HL & Gross, J.J. (2010). Emotional Regulation in Older Age. *Current Directions in Psychological Science*. Tufts University and 2 Stanford University
- Wahyuni, (2013). Kenali, 5 Penyebab Gangguan Kecemasan (Anxiety Disorder) [http://www.binauralbeats.co.id/5-penyebab-gangguan-kecemasan-\(anxiety-disorder\).htm](http://www.binauralbeats.co.id/5-penyebab-gangguan-kecemasan-(anxiety-disorder).htm). Diakses Tanggal 4 Mei 2017
- Workpress (2008). Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Pegawai. <https://jurnalskripsitesis.wordpress.com>. Diakses 10 Mei 2017