DAFTAR PUSTAKA

Adawiyah, S. R., Audrianingsih, N., Iqbal, M., Fauzan, A., Shintia, R., Putri, D., Nurotul, S., Faizah, Syafna, I., Habibatus, & Fajri, M. (2023). Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Mewarnai Untuk Menurunkan Tingkat Stress Pada Lansia di Wisma Jeruk Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng - Jakarta Barat. *Nusantara Hasana Journal*, *3*(3), 1–10. https://doi.org/10.59003/nhj.v3i3.971

Amalia, N., & Iqbal, M. (2019). Efektivitas Terapi Mendengarkan Murottal Al-Quran Terhadap Stres Pada Lansia Di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. *Jurnal Dunia Kesmas*, *8*(4), 199–205.

Amrina, & Asnindari, L. N. (2024). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Penderita Hipertensi Di Dusun Pundung Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(1), 619–627. https://proceeding.unisayogya.ac.id/index.php/prosemnaslppm/article/view/383

Anisa, R. N., Putri, A. K., Pamungkas, V. V. T., Hasanah, Y. P., & Hikmah, S. (2024). Studi kasus pada lansia: Perbedaan sosio emosional lansia di panti wredha dengan lansia di rumah. *Empati*, *13*(1), 30–37. https://doi.org/10.14710/empati.2024.39421

Arjanto, P. (2022). Reliability and Validity Test of Depression Anxiety Stress Scales 21 (DASS-21) in College Students. *Jurnal Psikologi Perseptual*, *7*(1), 60–80. https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i1.6196

Asmarany, A. I., Arif, H. M., Yuminah, Aripin, Z., Arini, D. U., Marjukah, A., Putra, C., Naryanti, I., Hamka, R. A., & Syamsulbahri. (2024). *Manajemen Stress*. Yayasan Cendikia Mulia Mandiri.

Asnaniar, W. O. S., Hidayat, R., Asfar, A., Safruddin, S., Emin, W. S., Ishak, P. R. T., Wijaya, D. N. H., Kasan, H. A., Agusnitar, A. S. N., & Anggi, A. (2023). Pendidikan Kesehatan Tentang Manfaat Terapi Murottal Al-Quran. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, *4*(1), 33–37. https://doi.org/10.36590/jagri.v4i1.652

Astuti, R., Umboh, M. J., Pradana, A. A., Silaswati, S., Susanti, F., Resna, R. W., Sukmawati, A. S., Maryam, R. S., Tinungki, Y. L., Riasmini, N. M., & Rekawati, E. (2023). *Keperawatan Gerontik*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Azzahra, M. F. (2024). *Penerapan Terapi Mendengarkan Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Sukoharjo* [Universitas Kusuma Husada Surakarta]. https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/8267/

Bahrir, I. N., & Komariah, S. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Stres Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Profesional*, *8*(1), 17–25.

https://doi.org/10.33650/jkp.v8i1.1017

Batubara, Z., Rosmega, R., Bakara, C., & Rentina, S. (2024). Pemberian Terapi Musik Bahasa Inggris dalam Mengurangi Tingkat Stress Pada Lansia di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Tahun 2024. *Aksi Nyata : Jurnal Pengabdian Sosial Dan Kemanusiaan*, *1*(3), 167–174. https://doi.org/10.62383/aksinyata.v1i3.432

Batubara, Z., Rosmega, R., Surbakti, I. S., Manurung, I. S., Hafiz, M., & Lubis, H. (2025). Pemberian Terapi Musik Klasik Bahasa Inggris dan Murotal Terhadap Penurunan Tingkat Depresi pada Lansia di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Tahun 2024. *Jurnal Nusantara Berbakti*, *3*(1), 174–179. https://doi.org/10.59024/jnb.v3i1.562

BPS Provinsi Jawa Timur. (2024). *profil Penduduk Lanjut Usia*. https://jatim.bps.go.id/id/publication/2026/05/26/1e5376c443b13ba80d3cb0ef/profil-penduduk-lanjut-usia-provinsi-jawa-timur-2025.html

Cahyadi, A., Mufidah, W., Susilowati, T., Susanti, H., & Anggraini, W. D. (2022). Menjaga Kesehatan Fisik Dan Mental Lanjut Usia Melalui Program Posyandu Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, *1*(1), 52–60. https://doi.org/10.32492/dimas.v1i1.568

Cahyani, R. T. dan A. R. (2021). *Stres Akademik dan Penanganannya*. Guepedia The First On-Publisher in Indonesia.

Efendi, K. & A. &, & Meria. (2022). Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, *4*(4657), 78–84. https://doi.org/10.30633/jsm.v8i1.3186

Esprensa, A., Ekacahyaningtyas, M., & Saelan. (2022). Overview of Stress Levels in the Elderly in the New Normal Era. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, *10*(1), 44–50. https://www.jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/view/197

Febriyona, R., Nur, A., Sudirman, A., & Hida, S. A. (2023). Pengaruh Terapi Lingkungan (Berkebun) Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Werdha Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo. *Journal Of Educational Innovation And Public Health*, *1*(2), 1–9. https://doi.org/10.55606/innovation.v1i2.914

Gemini, S., Yulia, R., Roswandani, S., Pakpahan, M. H., Setiyowati, E., Hardiyati, Ardiyansyah, S., Jalal, N. M., Simanullang, P., & Sigalingging, G. (2021). *Keperawatan Gerontik*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

Gintings, E. P. (2021). *Mengantisipasi Stres Dan Penanggulangannya*. ANDI.

Harnawati, R. A. (2023). Penerapan Manajemen Stres Untuk Mengelola Stres Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, *11*(2), 117–125. https://doi.org/10.47218/jkpbl.v11i2.237

Humaira, R., Iskandar, & Jubir. (2025). Pengaruh Terapi Murottal Al- Qur ' an Terhadap Kualitas Tidur Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jaya Baru Kota Banda Aceh. *Jurnal Intelek Insan Cendikia*, *2*(9),

16123–16134. https://jicnusantara.com/index.php/jiic/article/view/4956

Jasmin, M., Risnawati, R., Siregar, R. S., Rahmah, S. M., Rohmawati, W., Handayani, L., Ronald, R., Ridwan, B. A., Sarasmita, M. A., Febriyanti, H., Juliastuti, D., Anggraini, F. T., Lisnawati, L., Anggraeni, Y. M., & Oktari, S. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Eureka Media Aksara.

Kemenkes. (2024). *infodatin lansia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kindangen, C. R. K., Langi, T. M., Dajoh, S. B., Makalow, K. J., & Suwuhang, A. Z. G. (2025). Masa Tua Tanpa Derita: Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Panti Werdha Damai Ranomuut Bermetode Audio Therapy Terintegrasi Afirmasi Positif dalam Manajemen Stres. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, *4*(1), 3971–3979. https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.2045

Meliyana, A., Kurniawan, W. E., & Yanti, L. (2023). Pengaruh Terapi Musik Gamelan Langgam Jawa Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Sudagaran Kabupaten Banyumas. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, *01*(2), 1–23. https://doi.org/10.51143/jksi.v8i2.376

Mujiadi, S. K., & Rachmah, S. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. STIKes Majapahit.

Nugroho, A. Z. W., & Kusrohmaniah, S. (2019). Pengaruh Murattal Alquran Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Muslim di Yogyakarta. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, *5*(2), 108. https://doi.org/10.22146/gamajpp.50354

Nurhayati, P., Arroyyani, R., Maryani, & Timiyatun, E. (2024). Manfaat Mendengarkan Terapi Murottal Al – Qur'an Untuk Menurunkan Stress Pada Lansia Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Melati Kasihan Bantul Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, *2*(2), 296–302. https://doi.org/10.54832/judimas.v2i2.281

Putri, N. A., Zakira, I., Listiani, D. A. N., & Mahfud, A. (2025). Penggunaan Art Therapy Sebagai Bentuk Pencegahan Stress pada Lansia di Panti Jompo. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, *2*(9), 134–140. https://doi.org/10.5281/zenodo.15306189

Rahmadani, Z., Putri, I. Y., & Yarni, L. (2024). Perkembangan Usia Lanjut. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial (Jupendis)*, *2*(4), 39–50. https://doi.org/10.54066/jupendis.v2i4.2112

Rere, M. . (2024). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Perubahan Stress Pada Lansia: The Effect of Benson Relaxation Therapy on Changes in Stress in the Elderly. *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science*, *04*(03), 78–86. https://doi.org/10.54402/isjnms.v4i03.597

Sari, R. P., Aulia, M., Syantira, P. A., Al Haq, R. A., Febrianty, S., Ashari, S. B., Nazwah, H., Nayla, S., & Nuraliza, S. (2025). Terapi Aktivitas Kelompok Meronce Tali Sepatu Terhadap Tingkat Stress Pada Lansia Yang Menjalani Perawatan Di Panti Werdha Kasih Ayah Bunda. *Kolaborasi: Jurnal*

Pengabdian Masyarakat, *5*(3), 328–333. https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i3.512

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. https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.140

Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Wardani, E. S. K., Masithoh, A. R., Jauhar, M., Tiara, N., Lasmini, L., & Eswanti, N. (2025). Kesehatan Emosional Dan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, *16*(2), 295–305.

WHO. (2025). *Promoting health and well-being of older persons: WHO's support to ASEAN Member States*. https://www.who.int/thailand/news/detail/25-02-2025-promoting-health-and-well-being-of-older-persons--who-s-support-to-asean-member-states

Yunus, E. S., Arismunandar, P. A., & Rukanta, D. (2021). Scoping Review: Pengaruh Mendengarkan Murottal Al-Quran terhadap Tingkat Stres Orang Dewasa. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, *3*(1), 110–116. https://doi.org/10.29313/jiks.v3i1.7503