

NASKAH PUBLIKASI (MANUSCRIPT)

**PENGARUH *MINDFULNESS* TERHADAP KECEMASAN PADA LANSIA SELAMA
PANDEMI DI DESA LOH SUMBER**

***THE EFFECT OF MINDFULNESS ON ANXIETY IN THE ELDERLY DURING THE
PANDEMIC IN LOH SUMBER VILLAGE***

VIRA YUNIAR¹, BACHTIAR SAFRUDIN², PIPIT FERIANI³



DISUSUN OLEH :

VIRA YUNIAR

181110211198

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2022

Naskah Publikasi (Manuscript)

**Pengaruh *Mindfulness* terhadap Kecemasan pada Lansia Selama Pandemi di Desa Loh
Sumber**

***The Effect of Minfulness on Anxiety in The Elderly During The Pandemic in Loh
Sumber Village***

Vira Yuniar¹, Bachtiar Safrudin², Pipit Feriani³



Disusun Oleh :

Vira Yuniar

1811102411198

Fakultas Ilmu Keperawatan

Program Studi Profesi Ners

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

2023

PERSETUJUAN PUBLIKASI

Kami dengan mengajukan surat persetujuan untuk publikasi dengan judul :
**Pengaruh *Mindfulness* Terhadap Kecemasan Pada Lansia Selama
Pandemi Di Desa Loh Sumber**

Bersama dengan surat ini persetujuan ini kami lampirkan naskah publikasi

Pembimbing

Ns. Bachtar Safrudin, M.Kep., Sp.Kep.Kom

NIDN: 1112118701

Peneliti

Vira Yuniar

NIM:1811102411198

Mengetahui,

Koodinator Mata Ajar Skripsi

Ns. Milkhatun M.Kep

NIDN: 1121018501

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH *MINDFULNESS* TERHADAP KECEMASAN PADA LANSIA
SELAMA PANDEMI COVID-19 DI DESA LOH SUMBER**

NASKAH PUBLIKASI

DISUSUN OLEH :

Vira Yuniar

1811102411198

Diseminarkan dan Diujikan

Pada tanggal, 06 Juli 2022

Penguji I



Ns. Pipit Feriani, S.Kep., MARS

NIDN. 1116028202

Penguji II



Ns. Bactiar Safrudin., M.Kep., Sp.Kep.Kom

NIDN. 1112118701

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Ilmu Kperawatan



Ns. Siti Khoiron Muflihatin, M.Kep

NIDN. 1115017703

Pengaruh *Mindfulness* terhadap Kecemasan pada Lansia Selama Pandemi di Desa Loh Sumber

Vira Yuniar¹, Bachtiar Safrudin², Pipit Feriani³

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Email : Virayuniar453@Gmail.Com

Intisari

Covid-19 Pada Lansia Menjadi Masalah Baru Dalam Dunia Kesehatan Yang Dapat Mengakibatkan Kecemasan Pada Lansia. Kecemasan Akibat Covid-19 Ini Menjadi Masalah Yang Sangat Berpengaruh Terhadap Penularan Yang Terjadi. Penelitian Ini Bertujuan Untuk Mengetahui Pengaruh *Mindfulness* Terhadap Kecemasan Pada Lansia Di Desa Loh Sumber. Metode Penelitian Menggunakan Kuantitatif, Populasi Dalam Penelitian Ini Adalah Lansia Di Desa Loh Sumber Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara. Penelitian Ini Telah Dilakukan Pada Bulan Mei-Juni Tahun 2022. Pengambilan Data Dengan Kuesioner Lalu Diberikan Intervensi *Mindfulness*. Analisis Data Secara Univariat Dan Bivariat (*Uji Wilcoxon*). Hasil Penelitian Diketahui Setelah Diberikan Intervensi Nilai Skor Mengurang Dari 24 Menjadi 22. Ada Pengaruh *Mindfulness* Terhadap Kecemasan Pada Lansia Di Desa Loh Sumber Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara ($P\text{-Value} = 0.000$). Disarankan Untuk Melakukan Intervensi Terhadap Lansia Dilakukan Dengan Kondisi Lingkungan Yang Efektif, Pemberian Intervensi *Mindfulness* Bisa Diberikan Terhadap Masyarakat Lainnya Selain Lansia.

Kata Kunci: *Mindfulness*, Lansia, Kecemasan

¹ Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

³ Dosen Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

The Effect of Mindfulness on Anxiety in The Elderly During The Pandemic in Loh Sumber Village

Vira Yuniar¹, Bachtiar Safrudin², Pipit Feriani³

Faculty Of Nursing, Muhammadiyah University Of East Kalimantan
E-Mail : Virayuniar453@Gmail.Com

Abstract

Covid-19 In The Elderly Is A New Problem In The World Of Health That Can Cause Anxiety In The Elderly. Anxiety Due To Covid-19 Is A Problem That Greatly Affects The Transmission That Occurs. This Study Aims To Determine The Effect Of Mindfulness On Anxiety In The Elderly In Loh Sumber Village. The Research Method Uses Quantitative, The Population In This Study Is The Elderly In Loh Sumber Village, Loa Kulu District, Kutai Kartanegara Regency. This Research Was Conducted In May-June 2022. Data Were Collected Using A Questionnaire And Then Given A Mindfulness Intervention. Data Analysis Was Univariate And Bivariate (Uji Wilcoxon). The Results Showed That After The Intervention, The Score Decreased From The 24 To 22. There Was An Effect Of Mindfulness On Anxiety In The Elderly In Loh Sumber Village, Loa Kulu District, Kutai Kartanegara Regency (P-Value = 0.000). It Is Recommended That Interventions For The Elderly Are Carried Out With Effective Environmental Conditions, Mindfulness Interventions Can Be Given To People Other Than The Elderly.

Keywords: Knowledge, Elderly, Worry

¹ A Nursing Science at Muhammadiyah University Of East Borneo

² Nursing Lecture at Muhammadiyah University Of East Borneo

³ Nursing Lecture at Muhammadiyah University Of East Borneo

1. Pendahuluan

Berdasarkan Data Satgas Covid-19, Wilayah Dki Jakarta Memiliki Angka Kasus Terkonfirmasi Positif Tertinggi Sebanyak 1.260.841 (Putwiliani 2022). Menurut Dinas Kesehatan Kaltim, Jumlah Kasus Terkonfirmasi Coronavirus Sebanyak 647.979. Menurut Data Dinas Kesehatan Kukar Tahun 2022, Jumlah Kasus Positif Infeksi Virus Corona Mencapai 267.152 Kasus.

Covid-19 Pada Lansia Merupakan Kesehatan Yang Muncul Yang Dapat Menimbulkan Kecemasan Pada Lansia. Kecemasan Yang Disebabkan Oleh Covid-19 Merupakan Masalah Yang Berdampak Signifikan Terhadap Wabah Penularan. Kecemasan Yang Dirasakan Masyarakat Bukan Hanya Tentang Kemungkinan Tertular Infeksi Virus Corona Baru, Tetapi Juga Dampaknya Terhadap Gaya Hidup Mereka.

Lansia Yang Cemas Biasanya Lebih Mungkin Menderita Gangguan Kecemasan Daripada Depresi Sebelum Tertular Covid-19. Temukan Masalah Psikososial Yang Paling Umum Pada Orang Dewasa Yang Lebih Tua, Termasuk Kesepian, Kesedihan, Depresi, Dan Kecemasan (Annisa 2016). Hal Yang Mengkhawatirkan Para Lansia Selama Pandemi Covid-19 Saat Ini Adalah Banyaknya Data Yang Menunjukkan Bahwa Peningkatan Kasus Covid-19 Menyebabkan Kecemasan Dan Stres Di Kalangan Lansia. Stres Pada Lansia Disebabkan Oleh Ketakutan Akan Kerentanan Terhadap Berbagai Penyakit, Termasuk Yang Disebabkan Oleh Virus Corona (Savitri & Intarti 2021).

Prevalensi Gangguan Kecemasan Di Indonesia Terus Meningkat Dari Tahun Ke Tahun. Gangguan Kecemasan Meningkat 6% Pada Tahun 2013 Dan 9,8% Pada Tahun 2018, Menurut Survei Kesehatan Dasar, Dengan Gejala Yang Paling Umum Adalah Sakit Kepala, Gangguan Tidur, Kehilangan Nafsu Makan, Dan Kelelahan (Livia, Prajogo & Yudiarso 2021).

Pada Penelitian Teasdale (2002), Terapi *Mindfulness* Terbukti Secara Signifikan Mengurangi Tingkat Kecemasan Yang Telah Diberikan Terapi *Mindfulness*. Penelitian Tersebut Juga Menyatakan Bahwa Karakteristik Populasi Lansia Sangat Cocok Untuk Menjadi Sasaran Intervensi Berbasis *Mindfulness* (Dyah & Fourianalistyawati, 2018).

Beberapa Hasil Penelitian Yang Telah Dilaksanakan Oleh Penelitian Sebelumnya Yang Menyinggung Pembahasan Terkait Dengan Kecemasan Lansia Di Era Pandemi Covid-19 Namun Belum Terdapat Penelitian Terkait Faktor-Faktor Akan Dilakukan Oleh Peneliti Seperti *Mindfulness* Terhadap Kecemasan Pada Lansia Di Era Pandemi Covid-19, Sehingga Penelitian Ini Diambil Oleh Peneliti Karena Belum Pernah Diteliti Dengan Peneliti Lain.

Dari Pengamatan Awal Dengan Melihat Data Dinkes Kukar Pada Tahun 2022 Dengan Penduduk Di Desa Loh Sumber Berjumlah 4307 Jiwa. Lansia Didapatkan Yang Berusia >60 Berjumlah 657 Jiwa. Peneliti Melakukan Observasi Kepada Lansia Dengan Menggunakan Kuesioner Tingkat Kecemasan Yang Merujuk Pada Kuesioner Gas (*Geriatric Anxiety Scale*) Yang Telah Dimodifikasi Sesuai Kondisi Yang Sedang Terjadi Pada Pandemi Covid-19 Didapatkan Hasil Tidak Mengalami Kecemasan Dengan 1 Dari 5 (20%) Individu, Kecemasan Ringan Dengan 2 Dari (40%) Individu, Kecemasan Sedang Dengan 2 Dari 5 (40%) Individu Dan Kecemasan Berat Dengan 0 Dari 5 (0%) Individu. Sehingga, Dapat Disimpulkan Bahwa Sebagian Besar Lansia Di Desa Loh Sumber Mengalami Kecemasan.

Lebih Lanjut Didapatkan Data Bahwa Loa Kulu Terdapat Lansia Wanita Terbanyak Dengan Tidak Ada Nya Program Lansia Di Salah Satu Desa Di Loa Kulu ialah Loh Sumber.

Berdasarkan Fenomena Dan Berbagai Penelitian Terkait, Uraian Diatas Dimana *Mindfulness* Dapat Mempengaruhi Kecemasan Lansia Selama Pandemi Maka Peneliti Bertujuan Mengukur Adanya Terjadi Pengaruh *Mindfulness* Terhadap Kecemasan

Lansia Selama Covid-19. Peneliti Tertarik Melakukan Penelitian Mengenai “Pengaruh *Mindfulness* Terhadap Kecemasan Pada Lansia Selama Pandemi Covid-19 Di Desa Loh Sumber”

2. Metodologi

Penelitian Yang Digunakan Adalah Penelitian Kuantitatif, Yaitu Penelitian Yang Digunakan Untuk Mengetahui Hubungan Antar Variabel Dan Menguji Hipotesis Yang Telah Ditentukan. Jenis Penelitian Ini Menggunakan *Pre-Eksperimen*, Dengan Desain Rancangan Yang Digunakan Dalam Penelitian Ini Adalah *One Group Pretest-Posttest*. Desain Ini Tidak Adanya Kelompok Pembanding (Kontrol). Satu Kelompok Adalah Kelompok Perlakuan. Sebelum Perlakuan Pada Kelompok Perlakuan Dilakukan Pengukuran Awal (*Pretest*) Untuk Menentukan Kemampuan Atau Nilai Awal Responden Sebelum (*Uji Coba*). Selanjutnya Pada Kelompok Perlakuan Dilakukan Intervensi Sesuai Dengan Protokol Uji Coba Yang Direncanakan. Selain Perlakuan Dilakukan Pengukuran Akhir (*Post Test*) Pada Kelompok Perlakuan Untuk Menentukan Efek Perlakuan Pada Responden.

Populasi Dalam Penelitian Ini Adalah Lansia Yang Tinggal Di Desa Loh Sumber Di Kecamatan Loa Kulu Berjumlah Kurang Lebih 219 Lansia Menurut Data Dinkes Kukar 2022. Teknik Pengambilan Sampel Dalam Penelitian Ini Menggunakan Penelitian *Purposive Sampling*. Penelitian Dilaksanakan Di Desa Loh Sumber Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara.

Peneliti Mendatangi Subyek Penelitian Yaitu Lansia Di Desa Loh Sumber Untuk Meminta Kesediannya Atas Partisipasi Dalam Penelitian Yang Dilakukan Yaitu Membagikan Lembar Persetujuan (*Informend Consent*) Dan Kuesioner (*Pretest*). Dalam Pemberian Intervensi *Mindfulness* Selama 10-15 Menit , Lansia Diberikan Kuesioner (*Pretest*) Untuk Mengukur Kecemasannya Apakah Ada Penurunan Atau Peningkatan.

3. Hasil

a. Karakteristik Responden

1) Usia Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden

Usia	Frekuensi	
	F	%
61	1	6.7
62	1	6.7
63	4	26.7
65	1	6.7
66	2	13.3
68	1	6.7
70	3	20.0
73	1	6.7
77	1	6.7
Total	15	100.0

Sumber Data : Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.1 Menunjukkan Bahwa Usia Lansia Sebagian Besar Adalah Usia Responden 63 Tahun Dengan Berjumlah Frekuensi Sebanyak 4 Responden (26,7%).

2) Pekerjaan Responden

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Di Desa Loh Sumber

Pekerjaan	F	%
Petani	2	13,3
Irt	13	86,7
Total	15	100.0

Sumber Data : Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.2 Didapatkan Hasil Bahwa Responden Yang Bekerja Sebagai Petani Sebanyak 2 Responden (13,3%) Dan Bekerja Sebagai Irt Sebanyak 13 Responden (86,7%).

b. Analisa Univariat

Tabel 4.3 Analisis Variabel Kecemasan Pada Lansia Di Desa Loh Sumber

Kecemasan	Mean Median	Standar Deviasi	Minimal Maksimal	Ci 95%
Pre Test	37.00	7.071	24	33.08
	38.00		50	40.92
Post Test	29.93	5.725	22	26.76
	30.00		42	33.10

Sumber Data : Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.3 Di Atas Menunjukkan Nilai Rerata Skor Kecemasan Sebelum Dilakukan Intervensi *Mindfulness* ialah 24 Dengan Nilai Terendah, 50 Dengan Nilai Tertinggi. Pengukuran Setelah Intervensi *Mindfulness* Didapatkan Rerata Skor Kecemasan ialah 22 Dengan Nilai Terendah, 42 Dengan Nilai Tertinggi.

c. Analisa Bivariat

Tabel 4.4 Perbedaan Rerata Variabel Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Intervensi *Mindfulness* Pada Lansia Di Desa Loh Sumber

		N	Mean Rank	Sum Of Rank	P
Post-Test-	Negative Ranks	15 ^a	8.00	120.00	.001
Pre-Test	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00	

Sumber Data : Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.4 Menunjukkan Hasil Dari Negative Ranks Pre-Test Dan Post-Test Adalah 15, Artinya Ke 15 Responden Mengalami Penurunan Hasil Kecemasan. Berdasarkan Dari Output Spss, Terlihat Bahwa *P* Bernilai 0,001. Karena Nilai 0,001 Lebih Kecil Dari 0,05 Maka H_0 Ditolak Dan H_a Diterima, Artinya Ada Perbedaan Rata-Rata Antara Hasil Kecemasan Pre-Test Dengan Post-Test Sehingga Dapat Dikatakan Ada Pengaruh *Mindfulness* Terhadap Kecemasan Pada Lansia Di Desa Loh Sumber.

4. Pembahasan

Usia Adalah Umur Dari Lahir Sampai Lahir. Semakin Dewasa Seseorang Maka Semakin Dewasa Dan Kuat Dalam Berpikir Dan Bekerja (Lasut Et Al., 2017). Hasilnya, 8 Orang (53,3%) Berusia 60 Hingga 69 Tahun Adalah Yang Paling Tua. Responden Pada Saat Ini Sudah Lanjut Usia.

Lansia Adalah Mereka Yang Berusia Antara 60 Dan 74 Tahun. Menurut Azizah (2017), Memasuki Usia 60 Tahun, Lansia Berada Dalam Tahap Perubahan Fisik, Mental, Dan Sosial. Karena Alasan Ini, Beberapa Orang Mungkin Merasa Tidak Puas

Seiring Bertambahnya Usia. Mereka Menjadi Tidak Berdaya Dalam Pekerjaan Dan Peran Sosialnya Serta Tidak Lagi Optimal Secara Fisik (Eka 2021).

Indeks Situasi Ketenagakerjaan Pada Dasarnya Melihat Empat Kategori Berbeda Dari Populasi Yang Aktif Secara Ekonomi: Pekerja Bergaji (Pekerja), Pekerja Wiraswasta, Pekerja Lepas, Dan Pekerja Keluarga. Wiraswasta Umumnya Dibagi Menjadi Dua Kelompok. Mereka Yang Menjalankan Usahanya Dengan Bantuan Pekerja Upahan Dan Mereka Yang Menjalankan Usahanya Sendiri Tanpa Bantuan Pekerja Upahan. Di Sisi Lain, Pekerja Keluarga Juga Disebut Pekerja Tidak Dibayar. Dari Hasil Survei Terhadap 15 Responden, 13 (86,7%) Adalah Ibu Rumah Tangga Dan Paling Sedikit 2 (13,3%) Adalah Petani.

Kecemasan Lansia Sebelum Dilakukan Intervensi Mindfulness, Sebanyak 15 Responden (100%) Mengalami Kecemasan Pada Lansia. Penelitian Lebih Lanjut Mengungkapkan Bahwa 12 Responden Takut Kehilangan Waktu Tidur Di Malam Hari. Salah Satu Penyebab Kecemasan Lansia Saat Ini Adalah Kebiasaan Mereka.

Hal Ini Didukung Oleh Temuan Susanti (2011) Yang Menemukan Bahwa Hampir Separuh (43,5%) Responden Menderita Kecemasan Dan Sebagian Besar (65,2%) Menderita Insomnia. Hasil Penelitian Menunjukkan Adanya Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Perkembangan Insomnia Pada Lansia Berusia 60 Hingga 85 Tahun (Dariah & Okutiranti 2015).

Hasil Uji Non Parametrik Dengan Uji Wilcoxon Diketahui Bahwa Rata-Rata Skor Sebelum Latihan Mindfulness Sama Dengan Skor Kecemasan, Dan Skor Terendah Setelah Latihan Mindfulness Adalah 24, 22. Dikatakan Bahwa Itu Menurun Setelah Memberikan Perhatian Penuh. Tes Wilcoxon Sebelum Dan Sesudah Intervensi Menghasilkan Nilai $P = 0,001$, Atau Nilai Signifikan Kurang Dari $\alpha < 0,05$. Penentuan Hipotesis Menyiratkan Pengaruh Yang Signifikan Terhadap Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Latihan Mindfulness.

Hasil Ini Sejalan Dengan Penelitian Heru Et Al. (2018) Menunjukkan Uji Statistik Dengan Wilcoxon P-Value Sebesar 0,000 ($< 0,05$). Disimpulkan Bahwa Penggunaan Mindfulness Therapy Berpengaruh Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia.

5. Kesimpulan

Berdasarkan Hasil Di Atas Dapat Disimpulkan Bahwa Setelah Dilaksanakan Tindakan Intervensi Mindfulness Secara Continue Menunjukkan Bahwa Terjadi Penurunan Kecemasan Pada Lansia. Terdapat Perbedaan Skor Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Intervensi

6. Saran

a. Bagi Lansia

Hasil Penelitian Ini Diharapkan Dapat Memberikan Gambaran Lebih Jauh Bagaimana Lansia Dapat Mengatasi Kecemasan, Khususnya Ketakutan Akan Pandemi Covid-19. Selain Itu, Penelitian Ini Juga Diharapkan Dapat Menjadi Terapi Alternatif Untuk Mengurangi Kecemasan, Dan Diduga Terapi Mindfulness Efektif Dan Dapat Mengurangi Gejala Kecemasan.

b. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan Hasil Penelitian Ini Dapat Digunakan Oleh Institusi Pendidikan Sebagai Bahan Pertimbangan Untuk Lebih Memasukkan Mindfulness Therapy Ke Dalam Pembelajaran.

c. Bagi Peneliti

Peneliti Dapat Menambah Wawasan Dan Pengalaman Untuk Berbagi Informasi Yang Menambah Pengetahuan Dan Pemahamannya Tentang

Keperawatan, Dan Peneliti Dapat Menerapkan Dan Mengembangkan Penelitiannya, Misalnya Dengan Menggunakan Responden Yang Beragam.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti Masa Depan Harus Menggunakan Penelitian Ini Sebagai Referensi Untuk Penelitian Lebih Lanjut Untuk Mengembangkan Ukuran Mindfulness Kecemasan Yang Lebih Tepat Pada Orang Dewasa Yang Lebih Tua Menggunakan Berbagai Jenis Ukuran, Atau Untuk Menyelidiki Variabel Lain Yang Dapat Mempengaruhi Kecemasan, Seperti Ukuran Tingkat Aktivitas Fisik. Dan Peneliti Selanjutnya Akan Dapat Menghindari Bias Yang Dihadapi Dalam Penelitian Ini.

7. **Referensi**

- Ananda, R., And M Fadhli. 2018. *Statistika Pendidikan: Teori Dan Praktik Dalam Pendidikan*. Cv. Widya Puspita.
- Anggito, A, And J Setiawan. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. https://books.google.com/books/about/metodologi_penelitian_kualitatif.html?hl=id&id=59v8dwaaqbj.
- Annisa, D. 2016. "Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)." *Konselor* 5 (2): 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>.
- Ardhani, A, And S Nawangsih. 2020. "Pengaruh Acceptance And Commitment Therapy (Act) Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual." *Philanthropy: Journal Of Psychology* 4 (1): 69. <https://doi.org/10.26623/Philanthropy.V4i1.2139>.
- Aritonang, J. 2021. "Tingkat Kecemasan Kelompok Lanjut Usia Di Situasi Pandemi Covid-19." *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia* 5 (1): 26–31. <https://ojs.akbidpelamonia.ac.id/index.php/journal/article/download/200/210>.
- Astiti, N. L, S. A Candrawati, And S Adiputra. 2020. "Terapi Mindfulness Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Diajukan," 1–10.
- Baer, Ruth. 2020. "Encyclopedia Of Personality And Individual Differences." <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3>.
- Creswell, J. D. 2017. "Mindfulness Interventions. Annual Review Of Psycholog," 491–516. <https://doi.org/https://doi.org/10.1146/annurev-psych-042716-051139>.
- Dariah, E, And Okatiranti. 2015. "Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat." *Jurnal Ilmu Keperawatan* lli (2): 87–104. <https://ejournal.bsi.ac.id/Ejurnal/Index.Php/Jk/Article/Viewfile/156/14>
- Dewi, D.S. 2020. "Orang Indonesia Alami Kecemasan Tinggi Saat Pandemi." https://tirto.id/Fnxc?utm_source=Whatsapp&utm_medium=Share.
- Doloksaribu, Misi; Manalu, Novita. 2021. "Penyakit Pandemi Covid-19 di Kecamatan Uluhan Misi Doloksaribu Dan Novita Verayanti Manalu Universitas Advent Indonesia, Indonesia Diterima: Abstrak Direvisi: Disetujui: This Study Aims To Describe The Level Of Knowledge And Anxiety Of The Elderly About" 1: 1631–36.
- Donsu, Jenita, Surantono Surantono, And Kirnantoro Kirnantoro. 2017. "Manfaat Mindfulness Training Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Kanker Dengan Kemoterapi." *Caring: Jurnal Keperawatan* 6 (2): 60–72. <https://doi.org/10.29238/Caring.V6i2.347>.
- Dyah, A., And E Fourianalistyawati. 2018a. "Peran Trait Mindfulness Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia." *Jurnal Psikologi Ulayat* 5 (1): 109.

- <https://doi.org/10.24854/jpu12018-115>.
- Dyah, A, And E Fourianalisyawati. 2018b. "Peran Trait Mindfulness Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia." *Jurnal Psikologi Ulayat* 5 (1): 109. <https://doi.org/10.24854/jpu12018-115>.
- Eka, Dian. 2021. "Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia" 2 (4): 6.
- Faktor, Pengaruh, Sosial Ekonomi, D A N Strategi Koping, Ilmu Keluarga, And Fakultas Ekologi Manusia. 2021. "The Effect Of Social Economic Factors , Stressors And Elderly Coupling Strategies Of Older Person Stress During The Covid-19 Pandemic Abstract" 14 (3): 241–54.
- Fourianalisyawati, E. 2017. "Hubungan Antara Mindfulness Dengan Depresi Pada Remaja." *Journal Psikogenesis* 5 (2): 115. <https://doi.org/10.24854/jps.v5i2.500>.
- Hastjarjo, T. 2019. "Rancangan Eksperimen-Kuasi." *Buletin Psikologi* 27 (2): 187. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>.
- Kasmi, K. 2021. "Gambaran Spiritualitas Orang Dalam Pengawasan (Odp) Covid-19 Yang Mengalami Anxiety: Sebuah Studi Fenomenologis." *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam* 4 (1): 1–14. <https://alisyraq.pabki.org/index.php/alisyraq/article/view/40>.
- Kementerian, Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak, And Republik Indonesia. 2020. "Panduan Perlindungan Lanjut Usia Berperspektif Gender Pada Masa Covid-19." <https://covid19.go.id/>, 2. [https://covid19.go.id/storage/app/media/protokol/panduan Covid Lansia Perempuan Ttd Paraf.Pdf](https://covid19.go.id/storage/app/media/protokol/panduan_covid_lansia_perempuan_ttd_paraf.pdf).
- Khamida, And Meilisa. 2018. "Terapi Aktivitas Kelompok (Tak) Stimulasi Persepsi Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia." *Journal Of Health Sciences* 9 (2): 121–28. <https://doi.org/10.33086/jhs.v9i2.173>.
- Khasanah, U, And Khairani. 2016. "Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Penyakit Kronis Di Banda Aceh." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1–8.
- Kholifah, Siti Nur. 2016. "Keperawatan Gerontik."
- Kurniawan, A. 2018. "Buku Metodologi-Min.Pdf." <http://repository.syekhnurjati.ac.id/3334/>.
- Lasut, Erly, Victor Ogi, And Imelda Ogi. 2017. "Analisis Perbedaan Kinerja Pegawai Berdasarkan Gender, Usia Dan Masa Kerja (Studi Pada Dinas Pendidikan Sitaro)." *Jurnal Emba: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi* 5 (3): 2771–80.
- Livia Prajogo, Stefany, And Ananta Yudiarso. 2021. "Metaanalisis Efektivitas Acceptance And Commitment Therapy Untuk Menangani Gangguan Kecemasan Umum." *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 26 (1): 85–100. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art5>.
- Maharani, Ega. 2016. "Pengaruh Pelatihan Berbasis Mindfulness Terhadap Tingkat Stres Pada Guru Paud." *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan* 9: 2.
- Munazilah, And N Hasanat. 2018. "Program Mindfulness Based Stress Reduction Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Individu Dengan Penyakit Jantung Koroner." *Gajah Mada Journal Of Professional Psychology (Gamaipp)* 4 (1): 22. <https://doi.org/10.22146/gamaipp.45346>.
- Naftali, A, Y Ranimpi, And M Anwar. 2017. "Kesehatan Spiritual Dan Kesiapan Lansia Dalam Menghadapi Kematian." *Buletin Psikologi* 25 (2): 124–35. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.28992>.
- Nareza, M. 2020. "Covid-19 Lebih Berbahaya Bagi Lansia Di Atas 70 Tahun." <https://www.alodokter.com/covid-19-lebih-berbahaya-bagi-lansia-di-atas-70-tahun>.

- Oktaviani, Lindasari Dwiputri. 2018. "Hubungan Faktor Usia, Tingkat Kecemasan Dan Status Kesehatan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Panti Werdha Pangesti Lawang." [Www.Journal.Uta45jakarta.Ac.Id](http://www.journal.uta45jakarta.ac.id).
- Pramana, K, Oktiranti, And T Ningrum. 2016. "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Senjaeawi Bandung." *Jurnal Ilmu Keperawatan* Iv (5): 1174–81. [Http://Journals.Sagepub.Com/Doi/10.1177/193229681000400516](http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/193229681000400516).
- Putwiliani, F. 2022. "Sebaran Kasus Corona Di Indonesia 19 Juni 2022: 18 Provinsi Catatkan 0 Kasus, Dki Jakarta Tertinggi." [Https://Www.Tribunnews.Com/Corona/2022/06/20/Sebaran-Kasus-Corona-Di-Indonesia-19-Juni-2022-18-Provinsi-Catatkan-0-Kasus-Dki-Jakarta-Tertinggi](https://www.tribunnews.com/corona/2022/06/20/sebaran-kasus-corona-di-indonesia-19-juni-2022-18-provinsi-catatkan-0-kasus-dki-jakarta-tertinggi).
- Rayani, D, And D Purqoti. 2020. "2893-7360-1-Sm." *Jurnal Realita* 5 (1): 906–12.
- Sari, Rini Astika, And Alma Yulianti. 2017. "Mindfulness Dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia." *Jurnal Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim* 13 (1): 48–54.
- Savitri, N, And W Intarti. 2021. "Manfaat Asuhan Swedish Massage Pada Lansia Yang Mengonsumsi Olahsan Toga Di Saat Pandemi Covid-19 Terhadap Stres Lansia." *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal Of Midwifery Science And Health)* 12 (2): 39–48. [Https://Doi.Org/10.52299/Jks.V12i2.88](https://doi.org/10.52299/jks.v12i2.88).
- Sonza, T. 2020. "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian Activities Of Daily Living Pada Lansia." *Human Care Journal* 5 (3): 688. [Https://Doi.Org/10.32883/Hcj.V5i3.818](https://doi.org/10.32883/hcj.v5i3.818).
- Sumirta, I, And A Laraswati. 2017. "Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia." *Politeknik Kesehatan Denpasar*, 1–10.
- Supriyanti, Endang, And Dyah Restuning Prihati. 2021. "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Sikap Lansia Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Disebabkan Oleh Severe Acute Respiratory Gejala-Gejala Yang Dialami Biasanya Bersifat Psikologis (Middle Age) Yaitu Kelompok Usia 45 Tahun Perasaan Takut Yang Tidak " 9: 62–68.
- Swarjana, Ketut. 2012. "Metodologi Penelitian Kesehatan." In . [Https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Nokos2v7vccc&Lpg=Pr1&Hl=id&Pg=Pa5#V=Onepage&Q&F=False](https://books.google.co.id/books?id=Nokos2v7vccc&lpg=Pr1&hl=id&pg=Pa5#v=onepage&q&f=false).
- Tristaningrat, Adi Nugraha. 2020. "Meditasi Mindfulness Dalam Menjaga Emotional Stability." *Jurnal Pendidikan Agama Hindu* 1 (1): 54–63.
- Triyono, H, M Dwidiyanti, And R Widyastuti. 2018. "Pengaruh Mindfulness Terhadap Caregiver Burden Lansia Dengan Demensia Di Panti Wreda." *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas* 1 (1): 14. [Https://Doi.Org/10.32584/Jikk.V1i1.84](https://doi.org/10.32584/jikk.v1i1.84).
- Vellyana, D, A Lestari, And A Rahmawati. 2017. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Preoperative Di Rs Mitra Husada Pringsewu." *Jurnal Kesehatan* 8 (1): 108. [Https://Doi.Org/10.26630/Jk.V8i1.403](https://doi.org/10.26630/jk.v8i1.403).
- Wikipedia. 2021. "Pekerjaan." [Https://Id.Wikipedia.Org/Wiki/Pekerjaan_\(Aktivitas_Manusia\)#:~:Text=Kerja Atau Pekerjaan Adalah Aktivitas,Kebutuhan Dan Keinginan Masyarakat Luas](https://id.wikipedia.org/wiki/Pekerjaan_(aktivitas_manusia)#:~:Text=Kerja%20Atau%20Pekerjaan%20adalah%20aktivitas,%20kebutuhan%20dan%20keinginan%20masyarakat%20luas.).
- Wiraini, Tiara Putri, Ririn Muthia Zukhra, And Yesi Hasneli. 2021. "Lansia Pada Masa Covid-19." *Keperawatan* 1: 44–53.
- Yurliani, R. 2020. "Correlation Between Mindfulness And Death Anxiety Among The Elderly Hubungan Antara Mindfulness Dengan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Lanjut Usia." *Talenta.Usu.Ac.Id* 15. <https://talenta.usu.ac.id/jppp>.

SKR : Pengaruh Mindfulness Terhadap Kecemasan Pada Lansia Selama Pandemi

by Vira Yuniar

Submission date: 07-Aug-2023 02:58PM (UTC+0800)

Submission ID: 2142537506

File name: REVISI_NASPUJ_SKRIPSI_VIRA_YUNIAR.docx (22.9K)

Word count: 1968

Character count: 12456

SKR : Pengaruh Mindfulness Terhadap Kecemasan Pada Lansia Selama Pandemi

ORIGINALITY REPORT

29%

SIMILARITY INDEX

27%

INTERNET SOURCES

9%

PUBLICATIONS

5%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.unmuhjember.ac.id Internet Source	6%
2	dspace.umkt.ac.id Internet Source	4%
3	repository.stikes-bhm.ac.id Internet Source	4%
4	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source	2%
5	jurnal.staidagresik.ac.id Internet Source	2%
6	eprints.umm.ac.id Internet Source	2%
7	jurnal.poltekkespalembang.ac.id Internet Source	1%
8	eprints.poltektegal.ac.id Internet Source	1%
9	garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	1%