

## Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Kemandirian *Activities Of Daily Living* (ADL) Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kadugede Tahun 2025

Sevia Putri Yunanda, Abdal Rohim, Khusnul Aini

Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Study Keperawatan, Universitas Bhakti Husada Indonesia

### How to cite (APA)

Yunanda, S.P., Rohim, A., & Aini, K. (2025). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Kemandirian *Activities Of Daily Living* (ADL) Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kadugede Tahun 2025. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 9(1), 1–9.

<https://doi.org/10.34305/jikbh.v9i1.72>

### History

Received:

Accepted:

Published:

### Corresponding Author

Sevia Putri Yunanda, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Husada Indonesia;

[seviayunanda@gmail.com](mailto:seviayunanda@gmail.com)



This work is licensed under a

[Creative Commons Attribution 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

[International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Proses penuaan yang dialami lansia tidak hanya berpengaruh terhadap segi kehidupan tetapi juga akan diikuti dengan kemunduran fisik dan mental. Indonesia memiliki jumlah penduduk lanjut usia sebanyak 22,4 juta jiwa. Proporsi lansia yang mengalami ketergantungan di Indonesia sebesar 25,7% Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian *Activities Of Daily Living* (ADL) pada lansia penderita hipertensi di desa Kadugede pada tahun 2025.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi sebanyak 233 orang. Dengan sampel sebanyak 70 orang lansia penderita hipertensi, dan menggunakan teknik random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner untuk tingkat kecemasan yaitu *Hamilton Anxiety Rating scale* (HARS) sedangkan untuk kuesioner tingkat kemandirian ADL adalah *Katz Indeks*, analisis univariat berupa tabel distribusi frekuensi dan analisis bivariat dengan *Rank Spearman*.

**Hasil :** Berdasarkan hasil univariat hampir seluruh lansia mengalami kecemasan kategori ringan (81.4%) dan sebagian besar lansia memiliki kemandirian kategori bergantung (57.1%). Berdasarkan hasil bivariat perolehan nilai *p-value* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) ;  $\rho = 0,551$ .

**Kesimpulan dan Saran:** Terdapat hubungan positif dan signifikan dengan keeratan hubungan yang sangat rendah antara tingkat kecemasan dan tingkat kemandirian ADL pada lansia penderita hipertensi. Lansia disarankan dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan pelayanan kesehatan lansia dan terus menjaga kondisi kesehatan fisiknya sehingga aktivitas nya meningkat.

**Kata kunci:** Kecemasan, Kemandirian, Penderita Hipertensi, Lansia

### ABSTRACT

**Background :** *The aging process experienced by the elderly not only affects aspects of life but will also be accompanied by physical and mental decline. Indonesia has a population of elderly people amounting to 22.4 million. The proportion of elderly people experiencing dependence in Indonesia is 25.7%. This study aims to determine the relationship between anxiety levels and the level of independence in Activities of Daily Living (ADL) among elderly hypertension patients in Kadugede village in 2025.*

**Method :** *This type of research is quantitative with a cross-sectional design. The population consists of 233 people, with a sample of 70 elderly hypertension patients, using random sampling techniques. The research instrument used a questionnaire for anxiety levels, namely the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), while the questionnaire for the level of independence in ADL is the Katz Index. Univariate analysis will be presented in the form of frequency distribution tables, and bivariate analysis will use Spearman's Rank.*

**Results :** *Based on univariate results, almost all elderly individuals experienced mild anxiety (81.4%) and the majority had a level of*

*independence categorized as dependent (57.1%). Based on bivariate results, the obtained p-value is 0.000 ( $p < 0.05$ );  $\rho = 0.551$ .*

**Conclusion and Recommendations:** *There is a positive and significant relationship with a very low correlation between the levels of anxiety and the level of ADL independence in elderly individuals with hypertension. Elderly individuals are advised to actively participate in elderly healthcare activities and continue to maintain their physical health to increase their activity.*

**Keywords:** *Anxiety, Independence, Hypertension Patients, Elderly.*

## Pendahuluan

*Activity Daily Living* (ADL) diartikan sebagai suatu pengukuran keberhasilan seseorang untuk memenuhi kebutuhan dasar harian secara individu (Fauji, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Hidayanti dan Sri (2020) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL). Jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia sebanyak 22,4 juta jiwa pada tahun 2018 dan diperkirakan akan mencapai 27,08 juta jiwa pada tahun 2020. Data Riskesdas (2018) menunjukkan proporsi lansia yang mengalami ketergantungan kemandirian di Indonesia sebesar 25,7%.

Kemandirian lansia dalam kemampuan aktifitas sehari-hari didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-harinya yang dilakukan oleh manusia secara rutin dan universal. Kemp dan Mitchel menyebutkan bahwa aktivitas sehari-hari pada lansia dipengaruhi oleh cemas dan depresi. Salah satu faktor yang mempengaruhi kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia adalah cemas (Eka, 2018) *International Journal of Geriatric Psychiatry* menemukan bahwa lebih dari 27% lansia mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari akibat mengalami kecemasan (Utama, 2022).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di desa Kadugede, didapatkan hasil wawancara peneliti dengan 10 orang lansia penderita

hipertensi. 4 orang lansia mengatakan cemas dengan usia yang semakin ikut menua dan takut dampak adanya kemunduran kemampuan tubuh sehingga semakin lama menyebabkan mereka tidak berdaya dalam mencukupi kebutuhan hidupnya, 6 lansia lain mengatakan beberapa gejala kesemasan yang sering dialami antara lain terbangun pada malam hari, nyeri pada otot, nafas pendek, gangguan pencernaan, serta ada rasa gelisah. Lansia mengatakan dari beberapa gejala ini kadang membuat mereka malas untuk melakukan aktivitas karena sudah dihantui rasa cemas dan takut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan apakah terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian *activity daily living* (ADL) pada lansia penderita hipertensi di desa Kadugede tahun 2025.

## Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Adapun populasi dalam penelitian ini berjumlah 233 lansia penderita hipertensi. Besarnya sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik random sampling sebanyak 70 lansia penderita hipertensi.

Instrumen yang digunakan peneliti untuk alat ukur kecemasan adalah *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang berupa kuesioner terdiri dari 20 pertanyaan yang diadopsi dari penelitian Djuniarto, (2024). Dan instrumen yang digunakan untuk alat ukur kemampuan aktivitas sehari-hari atau

ADL yaitu kuesioner sebanyak 16 pertanyaan yang diadopsi dari penelitian Djuniarto, (2024). Analisa data yang digunakan adalah analisis univariat dengan menggunakan distribusi frekuensi dan

analisis bivariat menggunakan uji *Rank spearman*.

## Hasil Penelitian

Tabel 1

### Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kadugede 2025 (n=70)

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Presentase %
Ringan	57	81.4
Sedang	13	18.6
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100</b>

Sumber : Hasil Penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel 1 dari total 70 lansia penderita hipertensi di desa Kadugede tahun 2025 hampir seluruh lansia

mengalami kecemasan kategori ringan (81.4%) sebanyak 57 lansia.

Tabel 2

### Distribusi Frekuensi Tingkat Kemandirian Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kadugede 2025 (n=70)

Tingkat Kemandirian	Frekuensi (f)	Presentase %
Bergantung	40	57.1
Mandiri	30	42.9
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100</b>

Sumber : Hasil Penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel 2 dari total 70 lansia penderita hipertensi di desa Kadugede tahun 2025 sebagian besar lansia

memiliki kemandirian kategori bergantung (57.1%) sebanyak 40 lansia.

**Tabel 3**  
**Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Kemandirian *Activities Of daily Living* (ADL) Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kadugede Tahun 2025 (n=70)**

Tingkat Kecemasan	Tingkat Kemandirian <i>Activities Of Daily Living</i> (ADL)				Total	<i>p-value</i>	<i>rho</i>	
	Bergantung		Mandiri					
	n	%	n	%	n	%		
Sedang	40	70.2	17	29.8	57	100	0.000	0.551
Ringan	0	0.0	13	100	13	100		
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>57.1</b>	<b>30</b>	<b>40.0</b>	<b>70</b>	<b>100</b>		

Sumber : Hasil Output Penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel diatas dari 57 responden yang mengalami tingkat kecemasan sedang hampir seluruh memiliki tingkat kemandirian kategori bergantung sebanyak 40 orang (70.2%). Sedangkan responden yang memiliki tingkat kecemasan rendah seluruhnya memiliki kemandirian mandiri sebanyak 13 responden (100%). Berdasarkan uji statistik perolehan nilai *p-value* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan nilai *rho* sebesar 0,551.

## Pembahasan

### 1. Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kadugede Tahun 2025.

Dari hasil penelitian dari total 70 lansia penderita hipertensi di Desa Kadugede Tahun 2025 hampir seluruh lansia mengalami kecemasan kategori ringan (81.4%) sebanyak 57 lansia.

Temuan ini menunjukkan bahwa hampir seluruh lansia mengalami kecemasan ringan, tetap diperlukan perhatian terhadap kondisi psikologis mereka. Tingkat kecemasan pada lansia, khususnya penderita hipertensi, merupakan kondisi yang perlu mendapat perhatian khusus.

Menurut penelitian terbaru, hipertensi tidak hanya mempengaruhi kondisi fisik lansia, tetapi juga berdampak pada kondisi psikologis, terutama meningkatkan risiko kecemasan. Lansia dengan hipertensi sering mengalami kekhawatiran berlebih terhadap komplikasi penyakit seperti stroke atau serangan jantung, yang memperparah tingkat kecemasan mereka (Putri & Yuliana, 2024).

Menurut asumsi peneliti bahwa lansia yang mengalami kecemasan sedang membutuhkan perhatian lebih intensif, karena kondisi ini dapat mengganggu fungsi sosial dan emosional mereka. Kecemasan sedang pada lansia hipertensi sering berhubungan dengan rasa takut akan ketidakmampuan mengendalikan tekanan darah, ketergantungan pada orang lain, serta kekhawatiran akan penurunan kualitas hidup.

Untuk itu, pendekatan yang holistik melalui kombinasi dukungan keluarga, konseling psikologis, dan kontrol medis hipertensi sangat dianjurkan. Dalam pengelola kecemasan lansia dengan hipertensi, pendekatan komunitas

juga terbukti efektif. Program-program berbasis komunitas yang melibatkan edukasi kesehatan, pelatihan teknik relaksasi, dan pembentukan kelompok dukungan sosial dapat menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan (Nugroho et al., 2024). Melalui dukungan sosial yang kuat, lansia merasa lebih diberdayakan dan memiliki kontrol yang lebih baik terhadap kondisi kesehatannya, sehingga kualitas hidup mereka pun meningkat.

## 2. Gambaran Tingkat Kemandirian *Activities Of Daily Living (ADL)* Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kadugede 2025

Dari hasil penelitian dari total 70 lansia di Desa Kadugede Tahun 2025 sebagian besar lansia memiliki kemandirian kategori bergantung (57.1%) sebanyak 40 lansia.

Fenomena ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Nanda (2023) bahwa lansia mengalami perubahan fisiologis yang menyebabkan penurunan fungsi tubuh, termasuk kekuatan otot dan keseimbangan, sehingga berdampak pada kemampuan mereka dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Kemandirian lansia sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi kesehatan, status nutrisi, dukungan sosial, serta faktor psikologis yang mendukung kepercayaan diri mereka dalam beraktivitas.

Menurut asumsi peneliti bahwa faktor-faktor yang paling berkontribusi terhadap ketergantungan lansia meliputi

adanya penyakit kronis, penurunan kognitif, dan keterbatasan mobilitas. Lansia yang menderita penyakit seperti hipertensi, diabetes mellitus, atau osteoartritis cenderung lebih bergantung dalam aktivitas harian mereka.

Menurut Marlita lora (2016) semakin lanjut usia seseorang maka kemampuan fisiknya akan semakin menurun, sehingga dapat mengakibatkan kemunduran pada peran-peran sosialnya. Hal ini mengakibatkan pula timbulnya gangguan dalam hal mencukupi kebutuhan hidupnya, sehingga dapat meningkatkan ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain (Tamher, dkk, 2011). Apabila ketergantungan tidak segera diatasi, maka akan menimbulkan beberapa akibat seperti gangguan system tubuh, yaitu penyakit menurunnya *Activities Daily Living (ADL)* Factor-faktor yang mempengaruhi tingkat kemandirian lansia dalam melakukan *Activities Daily Living (ADL)* adalah faktor usia, immobilisasi, dan mudah terjatuh (Nugroho, 2008).

## 3. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian *Activities Of Daily Living (ADL)* Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kadugede Tahun 2025

Berdasarkan perolehan nilai *p-value* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan nilai *rho* sebesar 0,551 dari hasil uji *Rank Spearman* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan dengan keeratan hubungan yang sangat rendah antara hubungan tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian *Activities Of Daily Living (ADL)* pada

lansia penderita hipertensi di desa Kadugede tahun 2025.

Penelitian ini selaras dengan Utami dan Silvitasari (2024) di Posyandu Mawar X Pajang Laweyan mendukung temuan ini, di mana ditemukan hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian lansia. Mayoritas responden dalam penelitian tersebut mengalami kecemasan ringan dan memiliki tingkat kemandirian dengan kategori ketergantungan ringan.

Hal ini menunjukkan bahwa meskipun tingkat kecemasan tidak tinggi, tetap dapat mempengaruhi kemandirian lansia dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Penelitian sebelumnya mendukung temuan ini. Misalnya, studi oleh Lestari et al. (2023) menemukan bahwa lansia dengan tingkat kecemasan yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kemandirian ADL yang lebih rendah.

Menurut asumsi peneliti bahwa lansia yang mengalami kecemasan sedang hingga berat memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami penurunan kemandirian dalam ADL. Kecemasan dapat menyebabkan gangguan tidur, penurunan nafsu makan, dan kurangnya motivasi, yang semuanya dapat berdampak negatif pada kemampuan fisik dan mental lansia untuk menjalankan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi dan mengelola kecemasan pada lansia guna mempertahankan atau meningkatkan kemandirian mereka.

Menurut Sholihun (2018) bahwa lansia akan mengalami penurunan fungsi dan kemunduran

fisik sehingga akan mempengaruhi dalam pemenuhan kebutuhan *Activities Daily Living* (ADL) timbulnya kemunduran tersebut dapat disebabkan oleh faktor usia/umur, kesehatan fisiologis, fungsi kognitif, fungsi psikososial, status mental, ritme biologi, tingkat stress dan pelayanan kesehatan yang kurang memenuhi, dalam hal tersebut akan mempengaruhi lansia membutuhkan bantuan orang lain dalam memenuhi aktifitasnya jika tidak di perbaiki segera maka lansia akan mengalami ketergantungan terhadap bantuan dari orang lain.

Hal ini mengakibatkan terjadinya peningkatan kejadian penyakit pada lansia, baik akut maupun kronik. Meningkatnya gangguan penyakit pada lansia dapat menyebabkan perubahan pada kualitas hidup. Namun, hal ini juga menyebabkan meningkatnya penderita penyakit gangguan komunikasi, termasuk demensia (Zakirah, 2017).

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian *Activities Of daily Living* (ADL) pada lansia penderita hipertensi di desa Kadugede tahun 2025. Tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi di desa Kadugede tahun 2025 menunjukan hampir seluruh lansia yang mengalami kecemasan kategori ringan (81.4%). Sedangkan kemandirian *Activities Of daily Living* (ADL) pada lansia penderita hipertensi di desa Kadugede tahun 2025 menunjukan sebagian besar kategori bergantung (57.2%). Terdapat hubungan positif dan signifikan dengan keeratan hubungan antara tingkat kecemasan dengan tingkat

kemandirian *Activities Of daily Living* (ADL) pada lansia penderita hipertensi di desa Kadugede tahun 2025, nilai *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan nilai *rho* 0,551.

### Saran

#### 1. Bagi responden

Lansia diharapkan dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan pelayanan kesehatan lansia yang ada di Desa Kadugede agar dapat terus menjaga kondisi kesehatan fisiknya sehingga aktivitasnya meningkat.

#### 2. Bagi Desa Kadugede

Diharapkan pemerintah desa dan pihak puskesmas memberikan pelatihan rutin bagi kader Posbindu agar memiliki pemahaman yang lebih baik tentang deteksi dini penyakit tidak menular, teknik komunikasi dengan masyarakat, serta pencatatan data yang benar.

#### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber dalam kajian ilmiah khususnya Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian *Activities of Daily Living* (ADL) Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kadugede Tahun 2025.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya, diantaranya penelitian yang dapat dihubungkan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan dan kemandirian aktivitas pada lansia. Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan variabel yang berbeda yaitu dukungan keluarga, depresi dan resiko jatuh dengan tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) pada lansia.

### Daftar Pustaka

- Alit Suwandewi, Muhammad Ferdy Baihaqi, Mimin Hafizatul Maulida, Maryam Maryam, & Sonia Sonia. (2024). Penerapan *Barthel Index* Terhadap Tingkat Kemandirian Aktivitas Harian Lansia Jamaah Lansia Masjid KH. Ahmad Dahlan Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 4(1), 55–65. <https://doi.org/10.55606/jpikes.v4i1.3214>
- Ananda Muhamad Tri Utama. (2022). Hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian hipertensi di desa kleco kecamatan bendo kabupaten magetan. 9, 356–363. <https://doi.org/10.62354/jurnalmedicare.v3i4.108>
- Annisa, D. F., & Ildil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Asda, P., & Wawo, J. (2024). Kemandirian Lansia Dengan Kecemasan Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 13(1), 44–53. <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v4i1.69>
- Damayanti, R., Irawan, E., Tania, M., Rahmawati, R., & Khasanah, U. (2020). Hubungan Activity Of Daily Living ( ADL ) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8(2), 247–255. <https://doi.org/10.30651/jkm.v7i4.15189>
- Dauri, Y., Napitupulu, R. P. A., Nur Hafidza Fitri, & Theresya Margareta. (2024). Literature Riview :Terapi Mindfulness Mengatasi Kecemasan Pada Lansia.

- Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 6(2).  
<https://doi.org/10.37776/jizp.v6i2.1>  
400
- Harahap, R. A., Nabila, F., Lestari, R., Tanjung, S. R., Fitri, Z., & Sipahutar, D. R. A. (2021). *Gaya Hidup Terhadap Resiko Hipertensi Pada Lansia*.  
<https://doi.org/10.35328/keperawat-an.v13i2.2816>
- Marliana, Asrina, A., & Arman. (2024). Pengaruh Strategi Koping Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia (Lansia) Hipertensi. *An Idea Health Journal*, 4(2), 78–86.  
<https://doi.org/10.53690/ihj.v4i02.249>
- Muhdiana, D., Umeda, M., Misparsih, Naryati, Sugiatmi, & Risqiya, F. (2020). *Modul Kesehatan Lansia Dengan Hipertensi*.
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1–22.  
<https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.1-22>
- Praptomo, A. D., Winta, M. V. I., Maria, M., & Pratiwi, S. (2024). *Pendekatan terapi psikologi dan non farmakologi kecemasan dan stress pada lansia*. 5(September), 8297–8306.  
<https://doi.org/10.35952/jik.v4i7.1>
- Purba, E. P., Veronika, A., Ambarita, B., & Sinaga, D. (2022). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Pemenang Jiwa. *Healthcaring Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), 27–35.  
<https://doi.org/10.47709/healthcaring.v1i1.1320>
- Runtu, A. R., Enggune, M., & Kaunang, D. (2023). Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Activity Daily Living di Panti Sosial Tresna Wredha “AGAPE” Tondano. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 4(2), 115–122.  
<https://doi.org/10.36590/kepo.v4i2.709>
- Savitri, I., Trustisari, H., & Timur, K. J. (2024). Dampak Kecemasan Terhadap Kemandirian Lansia: Deskriptif. *Jurnal*, 1(3), 734–743.  
<https://doi.org/10.61722/jmia.v1i3.1670>
- Suci, H., & Jepisa, T. (2020). Dukungan Keluarga Untuk Pemenuhan Activities Daily Living (ADL) Pada Lansia. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 22.
- Sulalah, A., Hartono, D., & Kusyairi, A. (2023). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Activity Daily Living. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), 01–13.  
<https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i2.1917>
- Sonza, T., Badri, I. A., & Erda, R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian Activities of Daily Living Pada Lansia. *Human Care Journal*, 5(3), 688.
- Wawo, J. (2021). Hubungan tingkat kecemasan dengan kemandirian aktivitas dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari pada lansia di dusun karanglo sleman yogyakarta. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 399–405.  
<https://doi.org/10.33366/nn.v4i1.1545>
- Widiani, E., Khorida Alvima Maul Jannah, & Dyah Widodo. (2024). Respon Kecemasan Pada Lansia Yang Diberikan Terapi Relaksasi Nafas Dalam. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(1), 31–44.

<https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i1.7503>

Zahroh, C., Suminar, E., & Fitrianur, W. L. (2024). *Hubungan fungsi kognitif dengan tingkat kemandirian activity of daily living pada lansia*. 5(1), 63–69.

<https://doi.org/10.33859/dksm.v15i2.977>