



EDUKASI PADA LANSIA TENTANG KEAKTIFAN DALAM KEGIATAN POSYANDU DESA SUMBERBENDO KABUPATEN KEDIRI

Sutiyah Heni¹, Endah Luqmanasari²

^{1,2}Program Studi D3 Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri

Email Korespondensi: sutiyah.heni@gmail.com



***Corresponding author**

Sutiyah Heni

Email : sutiyah.heni@gmail.com

HP: 085233491115

Kata Kunci:

Edukasi;

Lansia;

Posyandu;

Keywords:

Education;

Elderly;

Posyandu;

ABSTRAK

Edukasi adalah proses belajar untuk menambah pengetahuan dan kemampuan, serta mengubah sikap dan perilaku. Edukasi dapat dilakukan secara individu, kelompok, maupun masyarakat umum. Masa lansia merupakan sebuah tahap akhir kehidupan yang penting untuk diperhatikan kesehatannya. Hal ini disebabkan karena lansia akan mengalami penurunan daya tahan fisik sehingga rentan terhadap penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Pencegahan penyakit pada lansia dapat dilakukan dengan mengunjungi pelayanan kesehatan seperti puskesmas dan posyandu lansia. Posyandu lansia merupakan salah satu bentuk nyata pelayanan sosial dan kesehatan pada lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran karakteristik, pengetahuan, dukungan keluarga dan keaktifan lansia mengikuti posyandu lansia di Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. Tujuan untuk mengetahui bagaimana keaktifan lansia dalam mengikuti posyandu lansia di desa sumberbendo. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 10-30 April 2024 di Wilayah Kerja Puskesmas Bendo Kabupaten Kediri Jawa Timur. Peserta adalah Lansia sebanyak 64 orang. Jumlah mahasiswa yang mengikuti kegiatan sejumlah 2 mahasiswa. Metode yang digunakan ceramah, diskusi/tanya jawab dengan media leaflet, penjelasan materi menggunakan media LCD dan laptop. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan mengerjakan penilaian pre test dengan hasil Sebagian besar responden 67% kategori pengetahuan baik dan hampir setengah dari responden 33% kategori pengetahuan cukup dan kemudian diberikan edukasi tentang tujuan, manfaat untuk aktif mengikuti posyandu lansia sekaligus dilakukan post test dengan hasil sebagian besar dari responden 67% kategori pengetahuan baik. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini



mampu meningkatkan pengetahuan pada lansia tentang pentingnya untuk aktif mengikuti kegiatan posyandu dalam setiap kegiatan posyandu lansia. Diharapkan lansia untuk dapat mempertahankan dalam mengikuti posyandu lansia dan mencari informasi tentang perkembangan kesehatan lansia melalui kegiatan posyandu lansia untuk meningkatkan motivasi lansia dalam mengikuti posyandu lansia. Diharapkan juga perangkat desa setempat serta petugas kesehatan lebih giat dalam memberikan motivasi serta penjelasan tentang pentingnya mengikuti posyandu lansia.

ABSTRACT

Education is a learning process to increase knowledge and abilities, as well as change attitudes and behavior. Education can be carried out individually, in groups or by the general public. Old age is the final stage of life where it is important to pay attention to your health. This is because the elderly will experience decreased physical endurance, making them vulnerable to diseases that can cause death. Prevention of disease in the elderly can be done by visiting health services such as community health centers and elderly posyandu. Posyandu for the elderly is a real form of social and health services for the elderly. This research aims to determine the characteristics, knowledge, family support and activeness of elderly people attending posyandu for elderly people in Sumberbendo Village, Pare District, Kediri Regency. The aim is to find out how active the elderly are in participating in the elderly posyandu in Sumberbendo village. Activities were carried out on April 10-30 2024 in the Bendo Community Health Center Working Area, Kediri Regency, East Java. Participants were 64 elderly people. The number of students who took part in the activity was 2 students. The method used is lecture, discussion/question and answer using leaflet media, explanation of material using LCD and laptop media. The implementation of the activity began with carrying out a pre-test assessment with the results of the majority of respondents 67% in the good knowledge category and almost half of the respondents 33% in the sufficient knowledge category and then being given education about the goals and benefits of actively participating in posyandu for the elderly. At the same time, a post test was carried out with the results mostly: 67% of respondents were in the good knowledge category. It can be concluded that this community service activity is able to increase knowledge among the elderly about the importance of actively participating in posyandu activities in every elderly posyandu activity. It is hoped that the elderly will be able to maintain their

participation in elderly posyandu and seek information about the development of elderly health through elderly posyandu activities to increase the elderly's motivation in attending elderly posyandu. It is also hoped that local village officials and health workers will be more active in providing motivation and explaining the importance of attending posyandu for the elderly.

PENDAHULUAN

Lansia yang sudah memasuki masa rentan, perlu mendapatkan perhatian lebih terhadap kesehatannya, agar tetap sehat dan memiliki usia harapan hidup yang panjang tidak bergantung kepada keluarga dan dapat hidup secara mandiri. Namun, masih banyak lansia yang kurang memperhatikan kesehatannya. Beberapa hal yang dapat di duga menjadi penyebabnya yaitu kurangnya motivasi lansia untuk mengecek kesehatan secara rutin dan mengatur pola hidup sehat. Oleh karena itu diperlukan kegiatan pemeriksaan secara rutin yang dapat bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia melalui progam posyandu lansia yang berfokus pada pelayanan promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif (Muqorobin & Kartir, 2022).

Posyandu lansia merupakan salah satu pengembangan dari progam pemerintah yaitu pelayanan kesehatan lansia yang penyelenggaraanya melalui program pukesmas dengan melibatkan peran serta lansia, keluarga, tokoh masyarakat dan organisasi sosial dalam penyelenggaraanya. Pelayanan kesehatan di posyandu meliputi pemeriksaan fisik dan mental emosional yang di catat dan di pantau dengan kartu menuju sehat (KMS) (Permenkes, 2015).

Untuk itu di butuhkan motivasi pada lansia selalu mengikuti dan aktif dalam acara posyandu lansia, dari mengikuti kegiatan tersebut akan menambahkan informasi tentang bagaimana cara menerapkan pola hidup sehat terutama untuk usia lanjut. Apabila lansia tidak memiliki motivasi untuk selalu aktif dalam kegiatan posyandu tidak akan tahu bagaimana keadaan fisik dan mental emosionalnya.

Edukasi keaktifan lansia dalam mengikuti posyandu bertujuan untuk meningkatkan kesadaran lansia akan pentingnya menjaga kesehatan. Edukasi ini dapat dilakukan dengan memberikan informasi, imbauan, dan ajakan kepada lansia. Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keaktifan lansia dalam mengikuti posyandu: memberikan edukasi dan pembinaan tentang kesehatan lansia, mengajarkan cara menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup lansia, memberikan pemahaman tentang cara mengelola penyakit kronis dan membekali kader posyandu dengan pengetahuan tentang cara mencatat hasil pemeriksaan kesehatan lansia.

Keaktifan lansia dalam mengikuti posyandu merupakan salah satu bentuk perilaku kesehatan lansia. Keaktifan lansia dalam mengikuti posyandu dapat bersifat langgeng jika didasari oleh pengetahuan dan sikap. Beberapa kendala yang dialami lansia dalam mengikuti posyandu, di antaranya: Pengetahuan yang rendah tentang manfaat posyandu, Jarak lokasi yang jauh dari rumah, Kurangnya dukungan dari keluarga, Sikap yang kurang baik terhadap petugas kesehatan.

Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021 memperlihatkan persentase lansia di Jawa Timur telah mencapai 13,57 persen dari keseluruhan penduduk, meningkat dibandingkan tahun sebelumnya sebesar 13,10 persen. Sedangkan jumlah lansia perempuan di Jawa Timur mencapai 2,95 juta orang atau 14,40 persen dari total penduduk perempuan di Jawa Timur, lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki yang mencapai 2,59 juta orang atau 12,73 persen dari total penduduk laki-laki di Jawa Timur (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, 2021).

Menurut Badan Statistik Kabupaten Kediri jumlah lansia di Kabupaten Kediri mengalami peningkatan beberapa tahun kebelakang ini dari tahun 2018 dengan jumlah 13,59%. Tahun 2019 dengan sejumlah 14,04% dan tahun 2020 dengan jumlah 14,50%. (Badan Pusat Statistika Kabupaten Kediri, 2020).

Jawa Timur merupakan Provinsi dengan penduduk lansia terbanyak nasional. Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021 dengan jumlah lansia perempuan di Jawa Timur mencapai 2,95 juta orang sedangkan lansia laki – laki mencapai 2,59 juta orang. Hasil penelitian yang dilakukan di kelurahan Polowijen Kecamatan Blimbing Kota Malang. Posyandu lansia yang berada di Kelurahan Polowijen berjumlah enam yaitu RW I, II, III, IV, V, VI. Dari seluruh enam RW di Kelurahan Polowijen terdapat 558 orang laki – laki dan 608 orang perempuan yang terdaftar sebagai lansia. Penelitian ini dilakukan pada RW pertama yaitu, posyandu lansia RW I (Palasara). Pada posyandu lansia RW I (Palasara) terdapat 117 orang lansia laki – laki dan 95 orang lansia perempuan. Kegiatan pada program posyandu lansia di RW I Kelurahan Polowijen ini dilaksanakan setiap satu bulan sekali. Kegiatan yang dilakukan yaitu senam lansia, pemberian makanan tambahan, pengukuran tinggi badan dan berat badan, penyuluhan tentang kesehatan, pelayanan kesehatan, yang dilakukan secara bergantian. Lansia yang rutin setiap bulan mengikuti posyandu lansia hanya 49 orang, sedangkan jumlah seluruh lansia 212 orang yang menunjukkan bahwa persentase yang rutin mengikuti posyandu hanya 23%. Disini terlihat bahwa rendahnya keikutsertaan lansia dalam kegiatan posyandu sehingga menghambat dalam implementasi program posyandu lansia (Masturi et al., 2021).

Hasil penelitian (Maslahah dewi, 2019) dengan judul “Identifikasi Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Sakinah Sukodono Surabaya”. Hasil penelitian ini menunjukkan di posyandu Sakinah Sukodono pada tanggal 20 Maret 2019 didapatkan data jumlah lansia adalah 65 orang. Sedangkan lansia yang hadir untuk mengikuti kegiatan posyandu lansia sebanyak 45 orang dan kehadiran lansia dalam kegiatan posyandu mengalami penurunan. Hal ini bisa dilihat pada bulan April 2019 menunjukkan jumlah lansia yang datang sebanyak 42 orang, bulan Mei sebanyak 48 orang, sedangkan bulan April ke bulan Juni 2019 sebanyak 35 orang, dari hasil tersebut terjadi penurunan yang sangat signifikan.

Sedangkan lansia yang sudah memasuki masa rentan sangatlah perlu untuk rutin mengikuti kegiatan posyandu lansia agar mendapatkan perhatian lebih terhadap kesehatannya, dengan datang ke posyandu kesehatan lansia dapat terpantau dan dapat mendeteksi penyakit sejak dini dan juga kesehatan lansia akan terpantau secara berkala. Namun, ada beberapa kendala yang dialami oleh lansia untuk menghadiri posyandu lansia yaitu seperti kurangnya pengetahuan lansia akan posyandu lansia dan juga keluarga yang tidak pernah mengantarkan lansia ke

posyandu lansia, keluarga yang tidak pernah menemani lansia untuk mengikuti kegiatan posyandu lansia, keluarga yang tidak tahu dan tidak pernah mengingatkan lansia tentang jadwal kegiatan posyandu lansia serta kurangnya motivasi yang membuat lansia berkunjung ke posyandu lansia dan ada juga kendala lansia seperti menjaga cucunya. Sedangkan kehadiran lansia ke posyandu lansia sangatlah penting untuk kesehatan dan kelangsungan hidup lansia. Lansia yang belum tahu apa manfaat dari posyandu lansia, lansia lebih senang bermalas – malasan di rumah (Wicaksana & Rachman, 2018).

Kurang motivasi lansia dalam mengikuti posyandu lansia akan berdampak kurang faham akan manfaat posyandu lansia, informasi terkait dalam angka sakit lansia yang meningkatkan turunnya angka kunjungan lansia ke posyandu. Lansia yang tidak rutin mengikuti posyandu lansia akan lebih tidak terpantau secara berkala akan keadaannya dan tidak bisa terdeteksi dini penyakit yang di derita. Untuk itu diharapkan lansia harus mengikuti posyandu lansia, supaya dapat mengetahui informasi tentang kesehatan maupun keadaan tubuh lansia. Jika tidak mengikuti maka kesehatannya tidak dapat terpantau dengan baik.

METODE PELAKSANAAN

Edukasi pada lansia tentang keaktifan dalam kegiatan posyandu desa sumberbendo kabupaten kediri, dampak yang ditimbulkan dan solusi yang bisa dilakukan serta dioptimalkan. Luaran dari kegiatan ini adalah pemahaman lansia tentang tujuan dan manfaat aktif dalam mengikuti kegiatan posyandu. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan Upaya Keaktifan Pada Lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia di Wilayah Puskesmas Bendo Kabupaten Kediri Jawa Timur. Edukasi atau penyuluhan tentang keaktifan mengikuti kegiatan Posyandu Lansia dilaksanakan 10-30 April 2024, Pukul 08.30 WIB s.d. 11.00 WIB di Balaidesa Sumberbendo Wilayah Kerja Puskesmas Bendo Kabupaten Kediri Jawa Timur. Peserta adalah Lansia yang mengikuti kegiatan sebanyak 64 orang. Jumlah mahasiswa yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini sejumlah 2 mahasiswa. Penjelasan materi menggunakan Metode dan Media yang digunakan LCD, ceramah, laptop, diskusi/tanya jawab, leaflet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan pada 10-30 April 2024, Pukul 08.30 WIB s.d. 11.00 WIB di Balaidesa Sumberbendo Wilayah Kerja Puskesmas Sumberbendo Kabupaten Kediri Jawa Timur. Kegiatan ini diikuti oleh 64 orang lansia sebagai peserta Posyandu Lansia di Posyandu Desa Sumberbendo.

Kegiatan dimulai dengan memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan dilaksanakannya kegiatan tersebut. Kegiatan awal di mulai dengan pengisian kuesioner tentang pengetahuan tentang keaktifan dalam mengikuti Posyandu Lansia yang di isikan oleh Lansia, dengan hasil pre test sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Pre Test Pengetahuan Keaktifan Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia

Kategori Pencapaian	Frekuensi (n)	Prosentase (%)
Baik	17	26,5
Cukup	30	47
Kurang	17	26,5
Total	64	100%

Kegiatan penyuluhan tentang pentingnya keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu pada lansia yang dilaksanakan di Posyandu Lansia Desa Sumberbendo.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Kegiatan terakhir dengan pengisian kuesioner tentang pengetahuan keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu pada lansia yang di isikan oleh lansia peserta posyandu, dengan hasil post test sebagai berikut :

Tabel 2. Hasil Post Test Pengetahuan Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu

Kategori Pencapaian	Frekuensi (n)	Prosentase (%)
Baik	34	53
Cukup	30	47
Total	64	100%

Adapun beberapa hambatan yang terjadi pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat :

1. Faktor penghambat suksesnya pelaksanaan kegiatan adalah masih ada keraguan dari lansia tentang keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu pada lansia.
2. Penilaian post test tidak bisa dilakukan dalam waktu yang bersamaan dengan kegiatan penyuluhan.

Kesuksesan dan keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat tidak lepas dari adanya kerjasama yang baik, kompak, keaktifan dan adanya kreatif dari ibu-ibu kader posyandu Desa Sumberbendo. Sarana dan prasarana yang telah disediakan dan di fasilitasi oleh Desa Sumberbendo dalam peningkatan kualitas hidup sehat pada lansia. Keaktifan kehadiran ibu-ibu kader dan lansia dalam mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat tentang penyuluhan keaktifan mengikuti kegiatan posyandu pada lansia. Ada motivasi Ibu-ibu kader yang sangat antusias dalam mengikuti kegiatan posyandu untuk membuat lansia senang dan aktif dalam mengikuti kegiatan posyandu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan meliputi: penyampaian maksud dan tujuan kegiatan ini perlu dilakukan, pemberian penilaian pre-test, penyampaian materi, post tes. Dari hasil pre dan post-test di dapatkan hasil peningkatan dari pengetahuan keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan posyandu. Keaktifan mengikuti kegiatan posyandu lansia, dengan adanya dukungan dan dorongan baik dari keluarga maupun kader-kader posyandu untuk selalu aktif.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Kepada Ketua STIKES Karya Husada Kediri yang telah memberikan ijin untuk melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat
2. Kepada Kepala Puskesmas Bendo yang telah memberikan ijin untuk melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat
3. Kepada Kepala Desa Sumberbendo yang telah memberikan ijin untuk melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat
4. Kepada Bidan Desa Sumberbendo yang telah memberikan ijin untuk melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat
5. Kepada Ibu-ibu Kader Lansia yang telah membantu proses berjalannya kegiatan

Pengabdian Masyarakat
6. Kepada Para Lansia yang telah membantu proses berjalannya kegiatan Pengabdian Masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul Hidayat, Aziz. 2014. Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika
- Arikunto, S. (2014). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2016). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta
- BPS JATIM. (2021). Profil Penduduk Lanjut Usia Provinsi Jawa Timur 2021
- BPS Kabupaten Kediri. (2020). Profil Penduduk Lanjut Usia Provinsi Jawa Timur 2021
- Erpandi.(2014). Posyandu Lansia : Mewujudkan Lansia Sehat, Mandiri,& Produktif. Jakarta : EGC
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Fitriani NL, Andriyani S. 2015, 'Hubungan antara pengetahuan dengan sikap anak usia sekolah akhir (10-12 tahun) tentang makanan jajanan di sd negeri ii tagog apu padalarang kabupaten bandung barat tahun 2015', *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*. 1(1), pp. 7-26.
- Hamzah. 2016. *Teori motivasi dan pengukurannya*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Hidayat, 2017. Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika
- Jahe, M., & Lansia, M. (2023). *PENGARUH MASSAGE JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN*. 7, 1014–1021.
- Junaidi. (2020). Wps_Wid. In *Belajar Berdasar Regulasi Diri Ditinjau Dari Jenis Pendidikan*.
- Maryam, S., Ekasari, M., Rosidawati., Jubaedi, A., & Batubara, I. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Salemba Medika.
- Masalahah dewi. (2019). Identifikasi Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Sakinah Sukodono Surabaya.
- Masturi, H., Hasanawi, A., & Hasanawi, A. (2021). Jurnal Inovasi Penelitian. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(10), 1–208.
- Muda, M. H., Hariyanto, T., & Ardiyani, V. M. (2017). Hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia di kelurahan Tlogomas kecamatan Lowokwaru Malang. *Nursing News*, 2(1), 105–110. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/148><https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/148>
- Muhammad, M. (2017). Pengaruh Motivasi Dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal*, 4(2), 87.
- Muqorobin, M. S., & Kartin, E. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga, Pengetahuan Dan Motivasi Lansia Dalam Mengikuti Posyandu Lansia Di Desa Jeriji Tahun 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(3), 17–34.
- Nurhasanah, D. (2018). Hubungan Antara Motivasi Dengan Kunjungan Lansia Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Assyifa Di Kelurahan Cipadung Kecamatan Cibiru Kota Bandung. *Skripsi*, STIKes Bhakti Kencana: Bandung.
- Nur Kholifah, S. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Gerontik*. Pusdik SDM Kesehatan
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. In Salemba Medika. Jakarta

- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis.
- Nursalam. (2016). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (P. P. Lestari (Ed.); 4th Ed.). Salemba Medika
- Permenkes (Peraturan Menteri Kesehatan). 2015. Tentang Posyandu Lansia
- Prabasari, N. A., Juwita, L., & Maryuti, I. A. (2017). Jurnal Ners LENTERA, Vol. 5, No. 1, Maret 2017 Pengalaman Keluarga Dalam Merawat Lansia di Rumah (STUDI FENOMENOLOGI). *Jurnal Ners Lentera*, 5(1), 56–68.
- Prihartanta, W. (2015). Teori-Teori Motivasi Prestasi. *Universitas Islam Negeri Ar-Raniry*, 1(83), 1–11.
- Sari, M., Rachman, H., Juli Astuti, N., Win Afgani, M., & Abdullah Siroj, R. (2022). Explanatory Survey dalam Metode Penelitian Deskriptif Kuantitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 10–16. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1953>
- Suara, Mahyar dan Mochartini, tri. (2023). Konsep Keperawatan Gerontik dengan Pendekatan SDKI, SLKI, dan SIKI. Jakarta Timur : CV. Trans Info Medika.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. PT. Alfabert.
- Suparyanto, M. (2021). *Konsep Motivasi*. <http://dr-suparyanto.blogspot.com/2010/09/konsep-motivasi.html?m=1>
- Wicaksana, A., & Rachman, T. (2018). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(1), 10–27. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Widayatun. 2014. Ilmu Perilaku. Jakarta : Info Medika
- WHO (World Health Organization) 2015. Tentang Populasi Lansia.