

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI DISTRAKSI MENGGUNAKAN *STRESS BALL* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA DENGAN DIABETES MELLITUS DI UPTD PUSKESMAS MENGWI III



PUTU TRISNA SUANDEWI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

**PENGARUH TERAPI DISTRAKSI MENGGUNAKAN
STRESS BALL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
LANSIA DENGAN DIABETES MELLITUS DI UPTD
PUSKESMAS MENGWI III**

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

**PUTU TRISNA SUANDEWI
NIM. C2123093**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH TERAPI DISTRAKSI MENGGUNAKAN *STRESS BALL* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA DENGAN DIABETES MELLITUS DI UPTD PUSKESMAS MENGWI III

Diajukan Oleh :

PUTU TRISNA SUANDEWI
NIM. C2123093

Mangupura, 23 Mei 2024

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0807068702

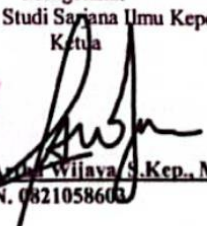
Pembimbing II



Ns I Made Dwie Pradnya, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0813068801

Mengetahui
Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua




Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

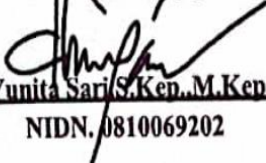
Tanggal : 1 Juli 2024

Diajukan Oleh :


PUTU TRISNA SUANDEWI
NIM. C2123093

Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari :


Ketua Tim Penguji


Ns. NLP Dian Yunita Sari, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIDN. 0810069202

Sekretaris Penguji


Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0807068702

Anggota Tim Penguji


Ns. I Made Dwie Pradnya, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0813068801

Mengetahui
Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wilaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Putu Trisna Suandewi

NIM : C2123093

Jurusan : Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Distraksi Menggunakan *Stress Ball* Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Diabetes Mellitus di UPTD Puskesmas Mengwi III

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 01 Juli 2024



Putu Trisna Suandewi

Putu Trisna Suandewi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkah dan karunia-NYA yang telah diberikan pada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul " Pengaruh Terapi Distraksi Menggunakan *Stress Ball* Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia” tepat pada waktunya. Dalam penyusunan skripsi ini, Penulis banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep.,M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.
3. Ns. NLP Dian Yunita Sari,S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom, selaku Penguji Utama yang telah banyak meluangkan waktunya membimbing dalam penyusunan skripsi ini
4. Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing dalam penyusunan skripsi ini
5. I Made Dwie Pradnya.,S.Kep.,M.Kes., selaku pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing dalam penyusunan skripsi ini
6. Seluruh Dosen dan Staff STIKES Bina Usada Bali.
7. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah ilmu pengetahuan serta wawasan bagi penuliskhususnya dari para pembaca umum.

Badung, Pebruari 2024

Putu Trisna Suandewi

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

Skripsi, 04 Juni 2024

Putu Trisna Suandewi

Pengaruh Terapi Distraksi Menggunakan *Stress Ball* Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Diabetes Mellitus di UPTD Puskesmas Mengwi III

(xiii + 8 halaman + 8 tabel + 2 gambar + 14 lampiran)

ABSTRAK

Diabetes Mellitus pada lansia dapat berdampak pada fisik dan psikologis, dampak psikologis yang ditimbulkan mengalami gangguan mental emosional seperti kecemasan. Penanganan kecemasan dapat dilakukan dengan distraksi yang efektif untuk mengurangi kecemasan dengan menggunakan *stress ball*. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi distraksi menggunakan *stress ball* terhadap tingkat kecemasan lansia dengan diabetes mellitus. Jenis penelitian *pre eksperimental* dengan rancangan *one-group pre-post test design*. Sampel penelitian adalah lansia menderita DM sebanyak 34 orang dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *GeriatricAnxiety Inventory*, analisis menggunakan uji *Paired t Test*. Hasil penelitian menunjukkan kecemasan pre test rata-rata sebesar 7,29 termasuk kategori kecemasan sedang dan post test rata-rata sebesar 3,03 termasuk kategori ringan. Hasil uji *Paired t Test* didapatkan $p\text{ value}=0,000 < \alpha 0,05$ menunjukkan ada pengaruh terapi distraksi menggunakan *stress ball* terhadap tingkat kecemasan lansia dengan diabetes mellitus. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *stress ball* berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan. Disarankan kepada Puskesmas agar *Stress Ball* dapat dijadikan salah satu intervensi untuk penanganan kecemasan mengalihkan rasa cemas lansia

Kata Kunci: *Stress Ball*, Kecemasan, Lansia Diabetes Mellitus

Sumber Pustaka: 46 (2017-2022)

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Thesis, 04 June 2024

Putu Trisna Suandewi

The Effect of Distraction Therapy Using a Stress Ball on the Anxiety Level of Elderly People with Diabetes Mellitus at UPTD Puskesmas Mengwi III

(xiii + 8 pages + 8 tables + 2 figures + 14 attachments)\

ABSTRACT

Diabetes Mellitus in the elderly can have both medical and psychological consequences, with the latter originating from emotional and mental illnesses such as anxiety. Handling anxiety can be done with effective distraction to reduce anxiety by using a stress ball. This research aims to determine the effect of distraction therapy using a stress ball on the anxiety level of elderly people with diabetes mellitus. This type of pre-experimental study used a one-group pre-post test design. The research sample was 34 elderly people suffering from DM using a purposive sampling technique. Data collection used the Geriatric Anxiety Inventory questionnaire, analysis used the Paired t-Test. The research findings revealed that the average pre-test anxiety was 7.29, including the moderate anxiety category, and the average post-test anxiety was 3.03, including the light category. The results of the Paired t-test showed $p \text{ value} = 0.000 < \alpha 0.05$, indicating that there was an effect of distraction therapy using a stress ball on the anxiety level of elderly people with diabetes mellitus. The results of the research can conclude that the stress ball has a significant effect on anxiety levels. It is recommended to the Community Health Center that Stress Ball can be used as an intervention for anxiety snacks to divert the anxiety of the elderly

Keywords: Stress Ball, Anxiety, Elderly Diabetes Mellitus

Bibliography: 46 (2017-2022)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA KONSEP	
A. Konsep Lasia	10
B. Konsep Diabetes Mellitus	12
C. Konsep Kecemasan	20
D. Konsep <i>Stress Ball</i>	30
E. Kerangka Teori	35
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	
A. Kerangka Konsep.....	36
B. Hipotesis.....	37
C. Dfinisi Operasional	38

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	39
B. Populasi dan Sampel	40
C. Tempat Penelitian	43
D. Waktu penelitian	43
E. Etika Penelitian	43
F. Alat Pengumpulan Data.....	45
G. Prosedur Pengumpulan Data	46
H. Pengolahan Data	48
G. Rencana Analisis data.....	50

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Kondisi Lokasi Penelitian.....	52
B. Hasil Analisis Univariat	53
C. Hasil Analisis Bivariat	56

BAB VI PEMBAHASAN

A. Mengidentifikasi Karakteristik Lansia Dengan Diabetes Mellitus	58
B. Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Diabetes Mellitus Sebelum Diberikan Terapi Distraksi Menggunakan <i>stress ball</i>	63
C. Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Diabetes Mellitus Sebelum Diberikan Terapi Distraksi Menggunakan <i>stress ball</i>	68
D. Pengaruh Terapi Distraksi Menggunakan <i>Stress Ball</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Diabetes Mellitus	71
E. Keterbatasan Penelitian	74
F. Implikasi Penelitian.....	74

BAB VII SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	76
B. Saran	77

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	37
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di UPTD Puskesmas Mengwi III Tahun 2024.....	53
Tabel 5.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di UPTD Puskesmas Mengwi III Tahun 2024.....	53
Tabel 5.3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di UPTD Puskesmas Mengwi III Tahun 2024.....	54
Tabel 5.4 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di UPTD Puskesmas Mengwi III Tahun 2024.....	54
Tabel 5.5 Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Diabetes Mellitus Sebelum Diberikan Terapi Distraksi Menggunakan <i>Stress Ball</i> di UPTD Puskesmas Mengwi III Tahun 2024.....	55
Tabel 5.6 Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Diabetes Mellitus Setelah Diberikan Terapi Distraksi Menggunakan <i>Stress Ball</i> di UPTD Puskesmas Mengwi III Tahun 2024.....	55
Tabel 5.7 Hasil Menganalisis Pengaruh Terapi Distraksi Menggunakan <i>Stress Ball</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Diabetes Mellitus di UPTD Puskesmas Mengwi III Tahun 2024.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.3 : Kerangka Teori.....	35
Gambar 2.2 : Kerangka Konsep	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Jadwal Pelaksanaan Penelitian

Lampiran 2: Permohonan Studi Pendahuluan

Lampiran 3: Surat Balasan Studi Pendahuluan

Lampiran 4: Permohonan Menjadi Responden Penelitian

Lampiran 5: Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 6: Instrumen Penelitian

Lampiran 7: Prosedur Pelaksanaan Terapi Distraksi Menggunakan Stress

Ball

Lampiran 8: Tabulasi Data

Lampiran 9: Hasil Analisis

Lampiran 10: Surat Keterangan Lolos Kaji Etik

Lampiran 11: Surat Permohonan Ijin Penelitian

Lampiran 12: Surat Ijin Penelitian

Lampiran 13: Dokumentasi

DAFTAR PUSTAKA

- Alfarini, L. (2018). Perbedaan Efektivitas Penggunaan Teknik Distraksi (Musik Klasik) dan Relaksasi (Nafas Dalam) terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien dengan Perawatan Luka Post Operasi Fraktur Ekstremitas Bawah di RSUD Kota dan Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Media Keperawatan Indonesia. Volume 12 No 1*
- Anggraeni, A. (2019). Pengaruh Yang Signifikan Terapi *Birthball* Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Primipara Kala I Fase Aktif Di PMB Bidan DT Kota Bandung. *Jurnal Makara Kesehatan Vol.6, Edisi 1*
- Anisa, N. (2020). Hubungan Efikasi Diri dengan Strategi Koping pada Pasien Diabetes Mellitus Type 2 yang Menggunakan Insulin di Poliklinik RSUD Waled Kabupaten Cirebon. *Jurnal Antara Keperawatan Vol. 5, No.2*
- Aris W. (2018). *Obesitas, Diabetes Melitus dan permasalahannya*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Azizah. (2019). *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Bustan, A. (2018). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta : Rineka Cipta
- Depkes RI. (2018). *Pedoman Puskesmas Santun Lanjut Usia Bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta: Direktorat Bina Kesehatan Komunitas.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. Denpasar : Bagian Data dan Informasi
- Dinas Kesehatan Kabupaten Badung (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Badung*. Badung : Bagian Data dan Informasi
- Ernawati. (2017). *Penatalaksanaan Keperawatan Diabetes Melitus Terpadu*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Hasdianah, R. (2019). *Mengenal Diabetes Melitus Pada Orang Dewasa dan Anak-anak dengan Solusi Herbal*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Hawari, D. (2016). *Manajemen Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hidayat, A.A. (2017). *Metode Penelitian Keperawatan dan Tehnik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika

- Jiandani, Prakash, (2018). *Stress Ball*. Wockhratdt Hospital: Mumbai
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Khan, P,A. (2019). Incidence of Anxiety and Depression among Patients with Type 2 Diabetes and the Predicting Factors. *Journal of Cureus*, 1-8.
- Latiifah, I.R. (2020). Hubungan Antara Karakteristik Dengan Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Purwosari Surakarta. *Journal of Medical Science Vol.11 No. 1*
- Makarim,L. (2020). Pengaruh Penggunaan Birth Ball Terhadap Tingkat Kecemasan dan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin di Klinik Pratama Bhakti Kota Pekanbaru. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Kesehatan Volume 7. No. 2*
- Mahmuda, N. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Nusantara Medika Utama. *e-journal Universitas Jember Vol. 10 No. 1*.
- Merisa, M. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Kasihan II Bantul. *Journal Media Keperawatan, Vol 16 No. 1*.
- Miptah, A. (2019). Pengaruh Terapi *Stress Ball* Terhadap Kecemasan Pasien *Pre Sectio Caesarea* di Rumah Sakit Umum Daerah Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah. *Jurnal Media Keperawatan Vol 5 Edisi 2*
- Mubarak. (2018). *Ilmu Keperawatan Komunitas Konsep dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika
- Murdiningsih, E. (2018). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Dabetes Mellitus. *Jurnal Husada Mahakam Vol. 11 No. 2*.
- Mutammimah, B. (2021). Hubungan Religiusitas Dengan Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta. *Jurnal Skala Medika Vol. 4 No. 2*.
- National Safety Council*. (2017). *Manajemen Stres*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* . Bandung: Rineka Cipta.

- Nugroho, W. (2019). Keperawatan gerontik dan geriatric. Edisi ketiga. Jakarta : EGC.
- Nuradha, M.S. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Terhadap Penyakit yang Disebabkan Oleh Melitus Di Wilayah Binaan Puskesmas Kotakaler. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Volume 7, Nomor 1
- Nursalam. (2020). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan Edisi 5*. Jakarta: Salemba Medika.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. (2020). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta: PB.PERKENI.
- Pinandita. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Laparatomi. *Journal Keperawatan Indonesia*, Volume 21 No. 2
- Polit & Beck. (2017). *Essential Of Nursing Research : Methods, Apraisal, And Utilization (Sixth Edition ed)*. Philadephia: Lippincot Williams & Wilkins.
- Pramana, K. D. (2018). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Diabetes Mellitus di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, Vol. IV. No. 2.
- Prihaningtyas, R. (2017). *Hidup Manis dengan Diabetes-Panduan Lengkap Berkawan dengan Diabetes*, Cetakan 1, Media Pressindo, Yogyakarta
- Ramaimah. (2017). *Prosedur Relaksasi*. Yogyakarta : Fakultas Psikologi UGM
- Ridwan, A. (2018). Hubungan Diabetes Melitus Dengan Kecemasan Pada Lanjut Usia di Posyandu Permadi RT 02 RW 02 Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang . *Nursing News Volume 2, Nomor3*
- Risma D. (2019). Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Mellitus Yang Berobat Jalan Ke Poli Interna RSUP H. Adam Malik Medan. *ournal Ners Indonesia*, Volume 14, Nomer 2
- Saifudin, A. (2019). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Werdha Mental Kasih di Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan Stikes Muhammadiyah Gombang*

- Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2018). *Dasar - Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Saputra, L. (2018). *Catatan Ringkas Kebutuhan Dasar Manusia*. Tangerang : Binarupa Aksara
- Santosa, R. (2018). Hubungan Diabetes Melitus Dengan Kecemasan Pada Lanjut Usia Di Posyandu Permadi kelurahan Tlogomas kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Nursing News Vol 2, No. 3*.
- Shahab, A. (2020). Diagnosis dan Penatalaksanaan Diabetes Mellitus; [Internet]. 2006. Available from; <http://dokter-alwi.com/diabetes.html>. [diakses tanggal 6 Januari 2023].
- Slamet & Markam. (2018). *Pengantar Psikologi Klinis*. Jakarta : Penerbit Universitas Indonesia.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan* . Bandung: CV Alfabeta.
- Sun, N., Lou, P., Shang, Y., Zhang, P., Wang, J., Chang, G., & Shi, C. (2018). Prevalence and Determinants of Depressive and Anxiety Symptoms in Adults with Type 2 Diabetes in China: a Cross-Sectional Study. *Journal of BMJ Open*, 1-8.
- Tandra, H. (2018). *Segala Sesuatu Yang Harus Anda Ketahui Tentang Diabetes*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Utari, W. (2018). Efektivitas Birth Ball Exercise Pada Ibu Bersalin Kala I Terhadap Kecemasan dan Skala Nyeri di Ruang Bersalin Puskesmas Arso 3 Kabupaten Kerook Provinsi Papua. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(1).
- Yochim, S. (2018). Hubungan Antara Kecemasan Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit DKT Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada Vol. 5 No. 2*.
- Widiyaningsih, N. (2018). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pada Lanjut Usia Di Panti Wredha Dharma Bhakti Kota Surakarta. . *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana. Volume 2 Nomor 1*,
- Wihandana, A. (2022) Pengaruh Terapi Distraksi Menggunakan *Stress Ball* Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Dengan *Unstable Angina Pectoris* di Ruang ICU Rumah Sakit X Denpasar. Skripsi STIKES Bina Usada Bali.

- World Health Organization. (2017). *WHO Global Report on Falls Prevention in Older Age*. Perancis.
- World Health Organization. (2022). *The World Health Statistics*. Geneva: WHO
- Videbeck, S. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa Edisi Revisi*. Jakarta : EGC.
- Yulastuti, C. (2019). Effect Of Handheld Finger Relaxation On Reduction Of Pain In Patients With Post-Appendectomy At Inpatient Ward, RSUD Sidoarjo. *International Journal of Medicine and Pharmaceutical Sciences (IJMPS)*, vol 5, no 3.
- Yusuf, M. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta : Salemba Medika.