

Kondisi Emosional Kehilangan dan Kesepian pada Lansia dan Implikasinya bagi Dukungan Sosial: *Systematic Literature Review*

Deva Nurpajriah^{1*}, Nabila Almarati², Syahnur Rahman³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia Bandung

E-mail korespondensi: ^{1*}nurpajriahdeva@gmail.com

Keywords: *elderly, grief, loneliness, spousal loss, social support*

Abstract

The loss of a spouse in older adults can significantly affect their psychological well-being, leading to loneliness and grief. This study explores the psychological effects of spouse loss on the elderly and the role of social support in easing loneliness and aiding the grieving process. A Systematic Literature Review (SLR) was conducted, analyzing 10 studies published between 2015 and 2025. The findings indicate that strong social support from family, friends, and the community plays a key role in reducing loneliness and promoting psychological recovery after the loss of a spouse. This support is crucial for the well-being of older adults during the grieving process.

Kata kunci: *dukungan sosial, kehilangan pasangan, kesepian lansia, lansia, psikologis*

Abstrak

Kehilangan pasangan pada lansia dapat berdampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mereka, yang menyebabkan kesepian dan kesedihan. Penelitian ini mengeksplorasi dampak psikologis kehilangan pasangan pada lansia dan peran dukungan sosial dalam mengurangi kesepian serta membantu proses berduka. Sebuah kajian literatur sistematis (SLR) dilakukan dengan menganalisis 10 studi yang dipublikasikan antara 2015 hingga 2025. Temuan menunjukkan bahwa dukungan sosial yang kuat dari keluarga, teman, dan komunitas berperan penting dalam mengurangi kesepian dan memfasilitasi pemulihan psikologis setelah kehilangan pasangan. Dukungan ini sangat krusial bagi kesejahteraan lansia selama proses berduka.

Sitasi: Nurpajriah, D., Almarati, N., & Rahman, S. (2025). Kondisi Emosional Kehilangan dan Kesepian pada Lansia dan Implikasinya bagi Dukungan Sosial: *Systematic Literature Review*. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 12(1), 128-138. <https://doi.org/10.35891/jip.v12i1.6055>

Pendahuluan

Manusia dalam perkembangannya mengalami serangkaian periode yang

berurutan, mulai dari periode prenatal hingga lanjut usia. Seperti halnya periode dalam rentang kehidupan seseorang, usia lanjut usia juga ditandai dengan adanya perubahan fisik dan psikologis tertentu. Dalam tugas perkembangannya, tugas besar usia lanjut banyak berkaitan dengan kehidupan pribadi seperti diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan menurunnya kesehatan secara bertahap, mencari alternatif kegiatan sebagai pengganti tugas disaat muda, serta mempersiapkan dan menyesuaikan diri dengan peristiwa kematian suami atau istri (Triningtyas & Muhayati, 2018).

Penelitian yang dilakukan *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa antara tahun 2000 sampai tahun 2050 persentase populasi orang lanjut usia yaitu usia 60 tahun ke atas akan meningkat dua kali lipat dari 11% ke 22% yang berarti jumlah lansia akan meningkat dari 605 pada tahun 2000 menjadi 2 milyar orang pada tahun 2050. Masa tua sebagai akhir dari episode kehidupan menghadirkan berbagai dinamika, banyak yang melihat masa tua sebagai episode yang menyenangkan dan penuh kebanggaan namun tak jarang periode ini juga berhadapan dengan berbagai persoalan dan tantangan baik dari segi fisik maupun psikis.

Salah satu masalah yang berkaitan dengan kondisi psikologis lansia adalah permasalahan mental dalam masa peralihan (*Post Power Syndrome*). Banyak lansia khususnya di negara maju menghadapi masa pensiun tanpa keamanan finansial. Para lansia harus berhadapan dengan masalah penyakit fisik, ditolak, kesepian, penderitaan, ketidakberdayaan tanpa jaminan keamanan finansial yang memadai (Setiawan, 2021). Kesepian pada lansia merupakan salah satu permasalahan psikologis yang muncul akibat berbagai faktor. Hal ini dapat terlihat dari menurunnya aktivitas dalam mengasuh anak, berkurangnya interaksi sosial akibat minimnya keterlibatan dalam kegiatan di luar rumah, serta kehilangan teman atau relasi. Selain itu, kesepian juga dapat disebabkan oleh kehilangan pasangan, anak-anak yang meninggalkan rumah untuk melanjutkan pendidikan atau bekerja di luar kota, serta anak yang telah dewasa dan membangun keluarga sendiri (Septiningsih & Na'imah, 2012 dalam Fitriana, 2021).

Kesepian akan semakin meningkat ketika pasangan dari lansia meninggal dunia. Kehilangan pasangan hidup pada lanjut usia (lansia) seringkali memicu perasaan kesepian yang mendalam. Namun, kesepian yang dialami oleh lanjut usia (lansia) akibat

kehilangan pasangan dapat diminimalkan melalui dukungan sosial yang memadai. Menurut hasil penelitian Ardila dan Mudjiran (2019) Terdapat kontribusi yang signifikan dan positif dari dukungan sosial dan kesepian pada lansia. Hal tersebut berarti dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat kesepian. Dukungan tersebut dapat berupa emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan instrumental. Sejalan dengan Studi oleh Faujiah dkk., (2023) menunjukkan bahwa interaksi sosial yang baik dapat mengurangi perasaan kesepian pada lansia di panti jompo. Dengan demikian, upaya untuk memperkuat jaringan dan dukungan sosial lansia sangat penting untuk membantu mereka menghadapi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Meskipun sejumlah penelitian telah membahas banyak permasalahan lansia termasuk kesepian setelah kematian pasangan, kajian yang berfokus pada kondisi emosional lansia yang mengalami kehilangan pasangan melalui pendekatan studi literatur masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menggali kondisi emosional lansia setelah kehilangan pasangan serta menggali pula pentingnya peran dukungan sosial terhadap cara lansia mengatasi kesepian dan kehilangan pasangan melalui pendekatan yang lebih komprehensif berbasis studi literatur.

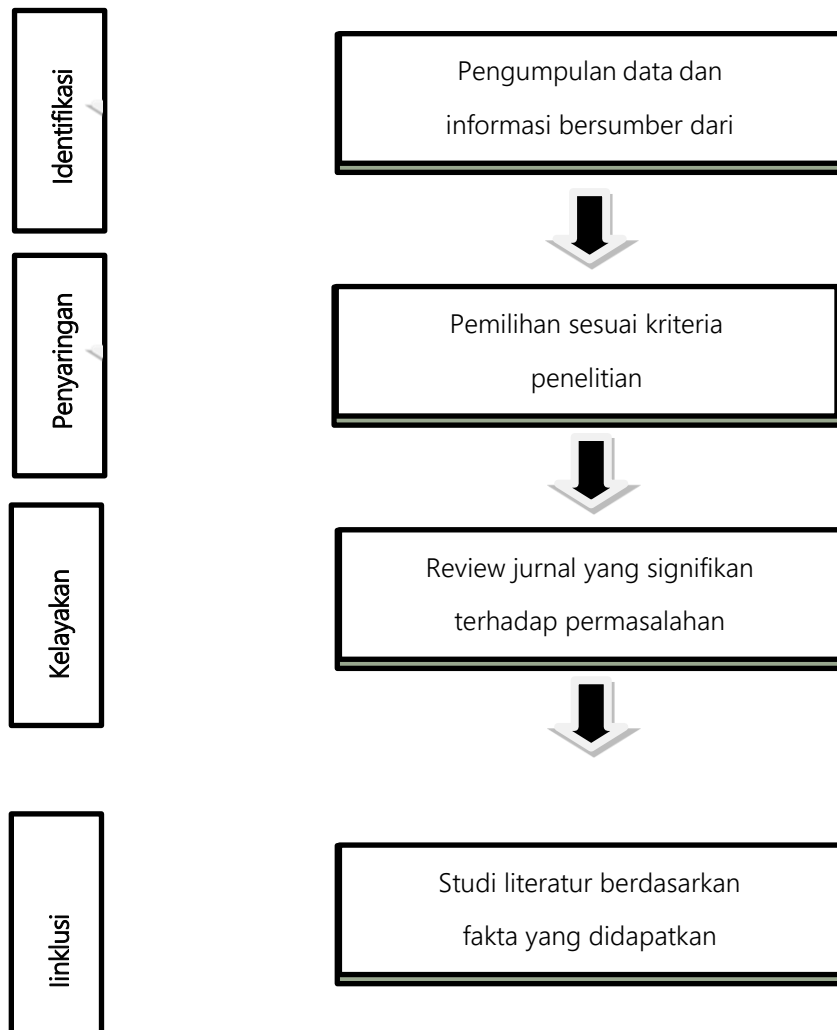
Metode

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) dengan pendekatan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), yang dilakukan secara terstruktur melalui tahapan tertentu. Metode SLR melibatkan proses evaluasi, analisis, kategorisasi, dan klasifikasi secara sistematis berdasarkan bukti yang telah tersedia sebelumnya. Pendekatan ini dirancang dengan perencanaan yang matang dan berbeda secara signifikan dari metode tinjauan literatur konvensional yang hanya meninjau sumber tanpa proses sistematis (Sastypratiwi & Nyoto, 2020).

Dalam penelitian ini, literatur yang dicari dibatasi pada artikel yang diterbitkan antara tahun 2015 hingga 2025 menggunakan kata kunci *Psychological Impact, Loss of Spouse, Elderly, Older Adults, Grief and Loneliness*, Kesepian ditinggal pasangan pada

lansia, dan kehilangan ditinggal pasangan pada lansia. Pencarian dilakukan di tiga basis data utama, yaitu *Google Scholar*, *ScienceDirect*, dan *Sage Journal*. Penulis menetapkan kriteria batasan untuk tinjauan ini, yaitu artikel membahas dampak psikologis, kesedihan, dan kesepian akibat kehilangan pasangan pada lansia; subjek penelitian adalah individu lansia atau dewasa akhir; artikel menggunakan bahasa Inggris atau bahasa Indonesia. Setelah penyaringan terhadap artikel yang lolos tahap duplikasi berdasarkan judul dan abstrak, seleksi lanjutan dilakukan menggunakan teks lengkap untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria. Dari 65 artikel yang ditemukan, setelah melalui proses seleksi, diperoleh 10 artikel yang relevan dengan fokus penelitian.

Gambar 1
Metode Prisma



Hasil

Hasil *screening* dari 10 jurnal yang didapatkan menunjukkan bahwa: pertama, terdapat 2 jurnal yang membahas kesepian pada lansia yang kehilangan pasangan; kedua, 3 jurnal membahas faktor dukungan sosial dan resiliensi pada lansia; ketiga, terdapat 2 jurnal yang mengidentifikasi pentingnya religiusitas dan spiritualitas dalam mendukung kesejahteraan lansia setelah kehilangan pasangan; keempat, 1 jurnal membahas tentang kesulitan dalam mengelola stres dan kecemasan pada lansia yang kehilangan pasangan; dan kelima, 1 jurnal mengungkapkan pentingnya motivasi hidup untuk lansia yang kehilangan pasangan. Hasil ringkasan jurnal yang didapatkan dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1

Penelitian Terdahulu

No	Penulis	Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
1	Eliza, E., Juanita, J., & Nurhasanah, N. (2023).	Gambaran Kesepian Pada Lanjut Usia Dengan Kehilangan Pasangan	Menjelaskan kondisi kesepian pada lansia yang mengalami kehilangan pasangan.	Sebanyak 217 responden (78,1%) lansia yang kehilangan pasangan tergolong dalam kategori tidak mengalami kesepian.
2	Nova, M. N., Ibrahim, I., & Juanita, J. (2022).	Tingkat Belas Kasih Diri (<i>Self- Compassion</i>) pada Lansia yang Kehilangan Pasangan di Kota Banda Aceh.	Menganalisis tingkat <i>self- compassion</i> pada lansia yang kehilangan pasangan di Kota Banda Aceh.	Tingkat self-compassion pada lansia yang kehilangan pasangan tergolong baik, sehingga mereka mampu menjalani kehidupan dengan lebih positif setelah kehilangan pasangan.
3	Teichman, S., Mitchell, B. A., Riadi, I., Chaudhury, H., Banerjee, A., & Odom, W. (2024).	<i>Qualitative Bereavement Experiences and Support in Community- Dwelling Older Adults: A Scoping Review</i>	Mengkaji studi kualitatif tentang pengalaman berkabung dan mekanisme dukungan untuk orang dewasa yang tinggal di komunitas.	Perasaan berduka berdampak terhadap kesejahteraan mental lansia baik secara fisik, mental, maupun sosial. Duka dianggap sebagai masalah individu sehingga terdapat pula tantangan dalam mencari dan menerima bantuan. Penelitian ini juga mengungkap bahwa terjadi pengalaman dan transformasi positif ketika

4	Tobing, D. L. (2023).	Tingkat Stres, Kecemasan Dan Penyesuaian Diri Pada Lansia Yang Di Tinggal Pasangan Hidup	Meneliti hubungan antara tingkat stres dan kecemasan dengan kemampuan penyesuaian diri pada lansia yang kehilangan pasangan di Kelurahan Grogol.	lansia mendapatkan dukungan saat berduka. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan penyesuaian diri pada lansia yang kehilangan pasangan. Lansia yang dapat mengelola stres cenderung mengalami kecemasan yang lebih rendah.
5	Aldila, M., & Mudjiran, M. (2019).	Hubungan Dukungan Sosial terhadap Kesenangan pada Lansia di Kelurahan Campago Bukittinggi.	Mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kesenangan pada lansia.	Dukungan sosial memiliki kontribusi yang signifikan dan positif terhadap tingkat kesenangan pada lansia.
6	Maheswari, S. R., Wahyudi, Z. M., Putri, C. A., Basith, R. R. A., & Edy, D. F. (2023)	Motivasi Hidup Lansia yang Kehilangan Pasangan di Kabupaten Malang	Mengetahui tingkat motivasi pada lansia yang kehilangan pasangan hidup akibat berpulangnya pasangan mereka. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Motivasi <i>Goal Setting</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi pada lansia dipengaruhi oleh peran anak yang memberikan dukungan menuju keberhasilan mereka, serta keberadaan cucu dan rasa optimisme untuk menjalani hidup lebih lama, salah satunya melalui keterlibatan dalam aktivitas sosial di masyarakat.
7	Solehati, N., & Alwi, M. M. (2021).	Resiliensi pada lanjut usia perempuan yang ditinggal mati pasangan hidupnya di desa Margomulyo kecamatan Glenmori Banyuwangi.	Menganalisis tingkat resiliensi pada lansia perempuan yang kehilangan pasangan di Desa Margomulyo serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat proses resiliensi mereka.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang memperkuat resiliensi pada perempuan lanjut usia adalah faktor spiritual dan sosial, sementara faktor sosial dan ekonomi menjadi hambatan.
8	Saragih, E. S. A., & Soetjningsih, C.	Gambaran <i>Psychology Well-Being</i> Pada	Menganalisis kesejahteraan psikologis	Hasil penelitian menunjukkan bahwa menjadi lansia duda

	H. (2024)	Lansia Duda Setelah Kematian Pasangan Hidup.	(<i>psychological well-being</i>) pada lansia duda setelah mengalami kehilangan pasangan hidup.	merupakan proses yang membutuhkan waktu untuk diterima. Meskipun merasakan kesepian, mereka tetap memiliki tujuan hidup dan menjaga hubungan baik dengan orang lain.
9	Eckholdt, L., Watson, L., & O'Connor, M. (2018).	<i>Prolonged grief reactions after old age spousal loss and centrality of the loss in post loss identity.</i>	Mengkaji <i>loss-centrality</i> pada lansia yang mengalami kehilangan pasangan hingga 4 tahun setelah kehilangan, serta hubungannya dengan reaksi berduka yang rumit seperti depresi, stres pascatrauma (PTS), dan gejala berduka yang berkepanjangan (PGS).	Menunjukkan bahwa <i>loss-centrality</i> 4 tahun setelah kehilangan pasangan secara signifikan terkait dengan depresi, PTS, dan PGS, dengan PGS awal dan jenis kelamin sebagai prediktor penting. Temuan ini mendukung hubungan antara <i>loss-centrality</i> dan gangguan psikologis pasca-kehilangan, serta menunjukkan pentingnya <i>loss-centrality</i> dalam pengembangan terapi untuk PGS, terutama dalam konteks ketidakmampuan untuk menerima kehilangan.
10	Holm, A. L., Severinsson, E., & Berland, A. K. (2019).	<i>The Meaning of Bereavement Following Spousal Loss: A Qualitative Study of the Experiences of Older Adults.</i>	Mengeksplorasi makna berduka pada lansia setelah kehilangan pasangan hidup mereka, dengan fokus pada pengalaman emosional dan tantangan praktis yang muncul setelah kehilangan tersebut.	Menunjukkan bahwa lansia yang mengalami kehilangan pasangan hidup mengidentifikasi tiga tema utama dalam pengalaman berduka mereka. yaitu Memahami penurunan kesehatan, Pertarungan kesepian yang menyakitkan, Merasa disalahpahami dalam percakapan dengan orang lain. Untuk itu Pentingnya dukungan sosial dalam mencegah mereka membawa berduka secara permanen dalam hidup mereka.

Diskusi

Penelitian oleh Eliza dkk., (2023) mengungkapkan bahwa 78,1% lansia yang

kehilangan pasangan di Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh, tergolong tidak mengalami kesepian. Hal ini disebabkan oleh dukungan yang mereka terima dari berbagai pihak, termasuk individu yang dianggap sebagai keluarga, serta dari orang-orang yang lebih muda maupun lebih tua, baik pria maupun wanita. Namun, bagi lansia yang tinggal sendiri, kehilangan pasangan, atau memiliki pasangan tetapi tidak memiliki anak, perpisahan dengan anak dapat memicu kesepian dan kurangnya perhatian dari lingkungan sekitar.

Penelitian oleh Tobing (2023) mengungkapkan bahwa tingkat stres berhubungan dengan kemampuan penyesuaian diri pada lansia yang kehilangan pasangan. Lansia dengan tingkat stres ringan memiliki kemungkinan 6,3 kali lebih besar untuk beradaptasi secara positif dibandingkan mereka yang mengalami stres sedang. Selain itu, pengelolaan stres yang baik serta penerapan self-compassion, termasuk aspek self-kindness, common humanity, dan mindfulness, juga berkontribusi dalam mengurangi kesepian pada lansia yang kehilangan pasangan (Nur'aini, 2020).

Perasaan berduka termasuk kehilangan pasangan merupakan pengalaman yang berdampak pada kesejahteraan lansia. Keterkaitan antara kesedihan dan kesehatan fisik dapat memperburuk kondisi kesehatan yang sudah ada serta berpotensi berkontribusi pada berkembangnya masalah baru dan dukungan sosial dapat berfungsi sebagai faktor protektif terhadap dampak buruk dari kesedihan dan kehilangan (Teichman dkk., 2024). Stigma rasa duka merupakan masalah individu dapat menghambat lansia untuk mendapatkan dukungan positif, padahal, pengalaman dukungan positif mencakup menerima empati, persahabatan, dan bantuan praktis dari teman, keluarga, tetangga, atau organisasi komunitas setelah kehilangan seseorang yang berarti mampu memberikan kenyamanan langsung dan berkontribusi pada rasa aman dan kepastian selama masa-masa rentan (Teichman dkk, 2024).

Kehilangan pasangan hidup pada lansia membawa dampak emosional yang mendalam, mempengaruhi motivasi hidup dan kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian Maheswari dkk., (2023) menunjukkan bahwa dukungan dari keluarga, khususnya anak dan cucu, sangat penting dalam menjaga motivasi lansia untuk

melanjutkan hidup. Lansia yang terhubung dengan keluarga dan terlibat dalam aktivitas sosial memiliki kecenderungan untuk lebih optimis dan tetap menjaga tujuan hidup mereka, meskipun mengalami kehilangan besar. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial menjadi faktor kunci dalam pemulihan emosional lansia pasca-kehilangan.

Selain itu, resiliensi lansia perempuan yang ditinggal pasangan juga dipengaruhi oleh faktor spiritual dan sosial. Solehati dan Alwi (2021) menemukan bahwa lansia perempuan yang memiliki dukungan sosial yang kuat dan penguatan spiritual melalui komunitas atau agama lebih mampu mengatasi kesepian dan stres akibat kehilangan pasangan. Sebaliknya, keterbatasan ekonomi dan sosial dapat memperburuk kesulitan mereka dalam beradaptasi. Penelitian oleh Saragih dan Soetjningsih (2024) menunjukkan hal serupa pada lansia duda, yang meskipun merasakan kesepian, dapat mempertahankan kesejahteraan psikologisnya jika tetap memiliki hubungan sosial yang baik dengan keluarga dan teman-teman.

Namun, dampak jangka panjang dari kehilangan pasangan juga terkait dengan *loss-centrality*, konsep yang dijelaskan oleh Eckholdt dkk., (2018). Lansia yang terlalu mengidentifikasi dirinya dengan kehilangan pasangan cenderung mengalami gejala berduka yang berkepanjangan, seperti depresi dan stres. Dukungan sosial yang empatik dan pemahaman terhadap proses berduka sangat penting untuk membantu lansia menerima kenyataan kehilangan dan membangun kembali identitas mereka. Temuan dari Holm dkk., (2019) juga menggarisbawahi bahwa perasaan kesepian dan ketidakpahaman dari orang lain dapat memperburuk proses berduka, sehingga penting untuk memastikan lansia mendapatkan dukungan emosional yang memadai dalam menjalani kehidupan pasca-kehilangan.

Kesimpulan

Kesimpulan dari kajian ini menunjukkan bahwa kehilangan pasangan memiliki dampak emosional pada lansia termasuk munculnya perasaan kesepian, duka, masalah kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial. Resiliensi, self-compassion, serta pengelolaan stress membantu lansia memiliki penyesuaian diri dan mengurangi tingkat kesepian.

Dukungan sosial yang efektif mampu menjadi langkah protektif sehingga lansia mendapatkan pengalaman transformatif meningkatkan kesejahteraan emosional dari dampak negatif yang dirasakan. Studi ini berkontribusi pada pemahaman mendalam mengenai kebutuhan emosional lansia dan pentingnya intervensi berbasis komunitas. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan pendekatan dukungan sosial yang lebih terstruktur dan mengeksplorasi pengaruh teknologi dalam menjembatani keterbatasan interaksi sosial pada lansia yang menghadapi kehilangan pasangan.

Referensi

- Aldila, M., & Mudjiran, M. (2019). Hubungan Dukungan Sosial terhadap Kesepian pada Lansia di Kelurahan Campago Bukittinggi. *Jurnal Riset Psikologi*, 4.
- Berland, A. K., Holm, A. L., & Severinsson, E. (2019). The Meaning of Bereavement Following Spousal Loss: A Qualitative Study of the Experiences of Older Adults. *SAGE Open*, 9(4), 1-11. <https://doi.org/10.1177/2158244019894273>
- Eckholdt, L., Watson, L., & O'Connor, M. (2018). Prolonged grief reactions after old age spousal loss and centrality of the loss in post loss identity. *Journal of Affective Disorders*, 227, 338-344. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.010>
- Eliza, E., Juanita, J., & Nurhasanah, N. (2023). Gambaran Kesepian Pada Lanjut Usia Dengan Kehilangan Pasangan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 7(4).
- Faujiah, S., Adesulistyawati, A., & Suaib, S. (2023). Hubungan Interaksi Sosial dengan Tingkat Kesepian pada Lansia di Panti Jompo. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 4069-4078.
- Fitriana, E., Sari, R. P., & Wibisono, H. A. Y. G. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kesepian pada lansia. *Nusantara Hasana Journal*, 1(5), 97-104.
- Holm, A. L., Berland, A. K., & Severinsson, E. (2019). Factors that influence the health of older widows and widowers—A systematic review of quantitative research. *Nursing Open*, 6, 591–611. <https://doi.org/10.1002/nop2.243>
- Maheswari, S. R., Wahyudi, Z. M., Putri, C. A., Basith, R. R. A., & Edy, D. F. (2023). Motivasi hidup lansia yang kehilangan pasangan di Kabupaten Malang. *Jurnal Flourishing*, 3(5), 175–187.
- Nur'aini, M. W. (2019). Hubungan *Self-Compassion* dengan Kesepian pada Lansia yang Kehilangan Pasangan (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Nova, M. N., Ibrahim, I., & Juanita, J. (2022). Tingkat Belas Kasih Diri (*Self-Compassion*) pada Lansia yang Kehilangan Pasangan di Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 6(2).

- Putri Dewi, R. (2023). Hubungan Kehilangan Pasangan Hidup Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia di Kelurahan Kaligawe (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Sastypratiwi, H., & Nyoto, R. D. (2020). Analisis Data Artikel Sistem Pakar Menggunakan Metode *Systematic Review*. *Jurnal Edukasi Dan Penelitian Informatika (JEPIN)*, 6(2), 250. <https://doi.org/10.26418/jp.v6i2.40914>
- Saragih, E. S. A., & Soetjningsih, C. H. (2024). Gambaran *psychology well-being* pada lansia duda setelah kematian pasangan hidup. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 5159–5167. <https://doi.org/10.35719/innovative.v4i3.5159>
- Setiawan, I. H. (2021). *Bergulat dengan Usia: Sebuah Refleksi atas Pergulatan Para Lansia pada Masa ini*. Kanisius.
- Solehati, N., & Alwi, M. M. (2021). Resiliensi pada lanjut usia perempuan yang ditinggal mati pasangan hidupnya di Desa Margomulyo Kecamatan Glenmore Banyuwangi. *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 1(1). <https://doi.org/10.35719/sociocouns.vlix.xx>
- Teichman, S., Mitchell, B. A., Riadi, I., Chaudhury, H., Banerjee, A., & Odom, W. (2024). Qualitative Bereavement Experiences and Support in Community-Dwelling Older Adults: A Scoping Review. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 00302228241308616. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/00302228241308616>
- Tobing, D. L. (2023). Tingkat Stres, Kecemasan Dan Penyesuaian Diri Pada Lansia Yang Ditinggal Pasangan Hidup. *Indonesian Journal of Health Development*, 5(1), 39-50.
- Triningtyas, D. A., & Muhayati, S. (2018). Mengenal lebih dekat tentang lanjut usia. CV. Ae Media Grafika
- World Health Organization. (2019). *A global brief on hypertension: Silent killer, global public health crisis*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications-detail/a-global-brief-on-hypertension>