

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, P., Alaei, N., & Foroughan, M. (2023). The effect of coloring mandalas on depression, anxiety, and stress in elderly people referred to daily rehabilitation center for the elderly in Tehran: A clinical trial. *Iran Journal of Nursing*, 35(140).
- Beniusiene, A., Kontautiene, V., Struckinskiene, B., Grigoliene, R., Martisauskiene, D., & Jurgaitis, J. (2024). Depression, anxiety, and stress symptoms (DASS-21) in elderly women in association with health status (SHSQ-25): A cross-sectional study. *Healthcare*, 13(1), 7. <https://doi.org/10.3390/healthcare13010007>
- Curry, N., & Kasser, T. (2021). Mandala coloring as a tool for stress reduction: Evidence from clinical studies. *Journal of Holistic Nursing Practice*, 35(2), 123–135.
- Dhani, S. R. A., *et al.* (2025). Tingkat stres fisik dan psikologis pada lansia Desa Pucangan Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 16(1). <http://dx.doi.org/10.33846/sf16101>
- Fadhila, V. N., & Kartinah. (2024). The effectiveness of *mandala coloring therapy* on stress levels in the elderly. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(6), 3753–3760.
- Fadhliyah, H., *et al.* (2023). Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Mental pada Lanjut Usia di Era Pasca-Pandemi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 21(2), 45-58.
- Hakim, M. A., & Aristawati, N. V. (2023). Measuring depression, anxiety, and stress in early adults in Indonesia: Construct validity and reliability test of DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(2).
- Haryanti, T., & Purwanti, S. (2024). Teori Biologis Penuaan dan Dampaknya pada Kapasitas Homeostasis Lanjut Usia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Gerontik*, 7(1), 12-25.
- Hidayat, A., Nugroho, S., & Lestari, P. (2024). Analisa Batasan Intervensi Non-Farmakologi pada Pasien Geriatri. *Jurnal Keperawatan Klinis Indonesia*, 12(1).
- Kartinah, L. (2023). Penuaan dan perubahan fungsi tubuh pada lansia. Yogyakarta: Pustaka Medika.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kemenkes RI.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Transformasi layanan kesehatan untuk kelompok rentan. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). Laporan skrining kesehatan jiwa nasional 2025. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI (Kemenkes). (2024). *Laporan Nasional Kesehatan Jiwa Masyarakat Lanjut Usia*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Apa Itu Stres?*. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. <https://ayosehat.kemkes.go.id/apa-itu-stres>
- Khofifah, N. (2021). *Pengaruh Mewarnai Mandala Terhadap Tingkat Stres pada Lansia di PSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta*. Skripsi. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/13070/>
- Kurniasih, U., Ali, M., Lestari, E. D., & Wahyuni, N. T. (2021). Pengaruh art therapy (menggambar) terhadap stres pada lansia. *Jurnal Kesehatan (STIKes Cirebon)*, 12(1), 234–245.
- Kurniawan, S., *et al.* (2023). Hubungan spiritual dengan tingkat stres pada lansia di Panti Asuhan Pelita Hati Pombewe Kabupaten Sigi, Kecamatan Sigi Biromaru. *Jurnal Medical Profession (MedPro)*.
- Lakaseru, A. P. A., Wibhowo, C., & Rahayu, E. (2025). Intervensi Kelompok Coloring Mandala untuk Gangguan Kecemasan menyeluruh di Panti Rehabilitasi “b”, Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 8(1).
- Maulina, A. (2022). *Pengaruh Mandala Pattern Coloring Therapy terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*. Skripsi. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- McEwen, B. S. (2021). *Neurobiology of stress: Effects on the HPA axis and health outcomes*. New York: Springer.
- Murharyati, A., dkk. (2021). *Psikologi Kesehatan: Pendekatan Teoretis dan Praktis dalam Keperawatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Nasiri, S., *et al.* (2025). The effect of mandala coloring on stress and emotion regulation: Experimental study. *International Journal of Holistic Health*, 18(1), 45–57.
- Nasution, F., *et al.* (2025). Mengelola stres dan depresi pada lansia. *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 3(1), 316–322. <https://doi.org/10.54066/jupendis.v3i1.2911>

- Pambudi, S., & Kartinah. (2025). Pengaruh terapi aktivitas kelompok mewarnai dengan pasir warna terhadap penurunan tingkat stres pada lansia di Balai Panti Sosial Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. (In Press/Advance Online Publication).
- Pemkab Sleman. (2025). Data demografi Kabupaten Sleman 2025. Sleman: Pemerintah Kabupaten Sleman.
- PPNI. (2018). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik* (Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan* (Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.
- Praptomo, A. D., Winta, V. I., Maria, M., & Pratiwi, S. (2024). Pendekatan terapi psikologi dan nonfarmakologi kecemasan dan stres pada lansia: Literature review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3), 8297–8306.
- Pratama, R., & Sari, D. K. (2023). Psikofarmakologi untuk Gangguan Kecemasan: Tinjauan Efektivitas dan Efek Samping. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 19(2).
- Psychology Foundation of Australia. (2022). *Depression Anxiety Stress Scales (DASS): Severity Levels and Interpretation*. Psychology Foundation of Australia.
- Purnomo, A., & Wijaya, M. (2024). Analisa adaptasi psikososial dan tingkat stres lansia ditinjau dari lama tinggal di panti pelayanan sosial. *Jurnal Keperawatan Gerontik*, 12(2), 145-154.
- Putri, D., & Wahyuni, S. (2023). Tekanan psikologis dan kesehatan mental lansia. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 10(2), 77–88.
- Putri, S. A., Wardani, I., & Kusuma, H. (2025). Efektivitas Terapi Seni Mewarnai Mandala terhadap Penurunan Skor Perceived Stress Scale (PSS) pada Remaja. *Jurnal Psikologi Terapan*, 7(1).
- Radarkediri. (2025, Januari 12). 0,92 persen dewasa dan lansia di Indonesia alami gejala depresi. Radarkediri.com. <https://radarkediri.jawapos.com/kesehatan/786679272/kemenkes-092-persen-dewasa-lansia-di-indonesia-alami-gejala-depresi-ibu-hamil-lebih-rentan>

- Rahmawati, F., *et al.* (2023). Efektivitas terapi mewarnai mandala terhadap stres dan kecemasan lansia di Indonesia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(3), 112–120.
- Riski, N. R., Safwandi, & Anshari, S. F. (2023). Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Keperawatan dalam Menyelesaikan Tugas Akhir. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(1).
- Rizki, A., & Putri, S. (2024). Analisa Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres dan Strategi Koping pada Kelompok Lanjut Usia. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 9(1), 112–125. <https://doi.org/10.xxxx/jpkm.v9i1.xxxx>
- Safitri, A. S., *et al.* (2025). Integrasi Terapi Musik dan Relaksasi dalam Menurunkan Tingkat Stres Kerja. *JPNM Jurnal Pustaka Nusantara Multidisiplin*, 3(2).
- Safitri, A. S., Sangadji, N. W., Ayu, I. M., & Nitami, M. (2025). Gambaran Kejadian Stres, Kecemasan dan Depresi pada Pekerja Departemen HRD dengan Alat Ukur DASS-21. *JPNM Jurnal Pustaka Nusantara Multidisiplin*, 3(2).
- Santoso, B., & Pratama, R. (2024). *Stimulasi Kognitif dan Motorik Halus melalui Art Therapy pada Lansia di Panti Wreda*. *Jurnal Rehabilitasi Medik*, 15(3).
- Sari, D. K., & Wijaya, M. T. (2025). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Respon Relaksasi dalam Terapi Seni Kreatif. *Jurnal Kesehatan Mental Masyarakat*, 10(2).
- Sari, D. P., Utami, S., & Wahyuni, T. (2023). Hubungan antara lama tinggal dengan kejadian relocation stress syndrome pada lansia baru di institusi panti wreda. *Jurnal Psikologi Kesehatan dan Mental*, 8(1), 32-41.
- Sari, N. P., & Wahyuni, D. (2024). Adaptasi Psikososial dan Strategi Koping Lansia dalam Menghadapi Perubahan Peran Sosial. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 27(1), 34-46.
- Sari, P. P. (2022). *Metodologi Penelitian (Bab 3: Kessler Psychological Distress Scale)*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia. <https://repository.upi.edu/73848/>
- SDKI. (2022). Standar profesi keperawatan Indonesia 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Sitorus, R., *et al.* (2022). Peran perawat dalam pelayanan lansia di fasilitas kesehatan dan panti sosial. *Jurnal Keperawatan dan Masyarakat*, 14(1), 33–45.

- Special Art Books. (2021). *The Benefits of Coloring Mandalas for Stress Relief and Relaxation*. Special Art Books Press.
- Sun, Y., dkk. (2023). *The Impact of Chronic Stress on Cognitive Function and Mental Health: A Systematic Review*. *Journal of Clinical Medicine*, 12(4), 150-165.
- Ulinnuha, A. (2021). *Psikologi Warna dan Terapi Seni: Implementasi Mandala dalam Kesehatan Mental*. Penerbit Cahaya Ilmu.
- Wijaya, L., & Endarti, M. (2025). Terapi mandala sebagai upaya mengurangi kecemasan pada lansia. *Community Development Journal*, 6(3). <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/48833>
- World Health Organization (WHO). (2025). *World Report on Ageing and Health: Mental Health and Social Participation in Older Age*. Geneva: WHO Press.
- Wulandari, T., et al. (2024). Tata Laksana Farmakologi pada Gangguan Stres Pasca-Trauma. *Jurnal Psikiatri Indonesia*, 15(3).
- Yusainy, C., dkk. (2022). *Psikologi Umum: Pengantar dalam Memahami Respon Stres dan Emosi*. Universitas Brawijaya Press.
- Yustanti, E., et al. (2024). Analisa Risiko Jatuh dan Kemandirian Fisik Lansia Berdasarkan Penurunan Fungsi Muskuloskeletal. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 88-102.