

**HUBUNGAN KESIAPAN KELUARGA DENGAN PERAWATAN
LANSIA YANG MENGALAMI *POST POWER SYNDROM*
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TADOY
KABUPATEN BOLAANG MONGONDOW**

Julfijai Hasan^{1*}, Kristine Dareda², Faradila Miftah Suranata³

¹*Mahasiswa Prodi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Manado*

^{2,3}*Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Manado*

Program Studi Ners
Universitas Muhammadiyah Manado, Indonesia

ABSTRAK

Post power syndrome merupakan bentuk dari reaksi negatif yang muncul dalam menghadapi masa pensiun seperti merasa tidak berdaya, minder bahkan muncul gejala stress seperti mudah marah, susah tidur, malas bekerja, sering pusing atau muncul kecemasan bahkan berbagai penyakit dan tidak jarang pula individu merasa *powerless*. Tujuan penelitian ini untuk Hubungan Kesiapan Keluarga Dengan Perawatan Lansia Yang Mengalami *Post Power Syndrome*.

Desain Penelitian ini adalah *deskriptif observasional*. Sampel diambil berdasarkan jumlah responden sebanyak 30 orang dengan menggunakan *random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan cara kuesioner dan observasional. Selanjutnya data yang terkumpul diolah dengan menggunakan bantuan komputer program SPSS versi 20 untuk dianalisa dengan uji *Chi square* dengan tingkat kemaknaan (α)0,05.

Hasil penelitian ini di dapatkan kesiapan keluarga yang siap 23 responden (76,7%) dan yang melakukan perawatan lansia 22 responden (73,3%). Hasil uji bivariat p-value 0,007 dimana p-value ini lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Kesimpulan dalam penelitian ini terdapat hubungan antara kesiapan keluarga dengan perawatan lansia yang mengalami *post power syndrome*. Saran dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang perawatan lansia yang mengalami *post power syndrome* khususnya dalam bidang Keperawatan di Wilayah kerja Puskesmas Tadoy.

Kata Kunci :Keluarga, Lansia, *Post Power Syndrome*

ABSTRACT

Post power syndrome is a form of negative reactions that arise in the face of retirement such as feeling helpless, insecure and even stress symptoms such as irritability, insomnia, laziness to work, frequent dizziness or anxiety and even various diseases and individuals often feel powerless. The purpose of this study was to determine the relationship between family readiness and the care of the elderly with *post power syndrome*.

The research design is *descriptive observational*. Samples were taken based on the number of respondents as many as 30 people using *random sampling*. The data were collected by means of a questionnaire and observational. Furthermore, the collected data were processed using the computer assistance of the SPSS version 20 program to be analyzed using the *Chi square* test with a significance level of (α) 0.05.

The results of this study indicate that 23 respondents (76.7%) are ready for family readiness and 22 respondents (73.3%) who care for the elderly. The bivariate test results p-value 0.007 where the p-value is smaller than $\alpha = 0.05$.

The conclusion in this study is that there is a relationship between family readiness and care for the elderly with *post power syndrome*. Suggestions from this study are expected to increase knowledge about the care of the elderly with *post power syndrome*, especially in the field of Nursing in the Tadoy Community Health Center work area.

Keywords: Family, Elderly, *Post Power Syndrome*

PENDAHULUAN

Post power syndrome ialah reaksi fisik yang diwujudkan dirangkaian, luka, dan kerusakan fungsi fisik, mental, (penyakit) gejala ini terjadi secara bertahap dengan alasan pensiunan atau tidak lagi mempunyai status dan kekuasaan (Semiu, 2010).

Penduduk di Indonesia sudah banyak tergolong dalam system yang tua, banyak penduduk yang sudah lansia dimana jumlahnya lebih dari 7% dari jumlah keseluruhan penduduk. *World Health Organization (WHO, 2018)*. Indonesia adalah Negara dengan populasi lansia terbesar di urutan ke 4 dengan berjumlah 24 juta jiwa. Proporsi rumah tangga lanjut usia pada tahun 2019 sebesar 27,88% dimana 61,75% diantaranya merupakan lansia. Mengenai keberadaan lansia di Indonesia, menarik bahwa keluarga idealnya memberikan dukungan ekonomi dan sosial yang potensial. Menurut data Susenas tahun 2019, 9,38% lansia tinggal sendiri, dan Jumlah lansia wanita yang hidup sendiri hampir tiga kali lipat dari jumlah lansia pria (13,39% banding. 4,98%). Hal ini membutuhkan perhatian yang besar dari seluruh aspek masyarakat dan terkait dengan hal tersebut, karena mengingat kehidupan yang lebih berbahaya maka lansia yang tinggal sendiri membutuhkan dukungan lingkungan sekitar, terutama bagi para lansia wanita yang cenderung terpinggirkan, *Badan Pusat Statistik (BPS, 2019)*. Ditahun 2019 Sulawesi Utara telah masuk dalam posisi 5 besar provinsi di Indonesia yang mempunyai lansia dengan kasus *post power syndrome* dengan presentase 11, 15%.

Populasi lansia dalam 2 tahun terakhir, terjadi peningkatan secara signifikan ditahun 2007. Populasi lansia sebanyak 18,99 juta jiwa terjadi peningkatan hingga 20.547.541 jiwa ditahun 2009 (*U.S. Census Bureau, International Data Base, 2009*). Populasi tersebut menjadi ke-4 setelah Jepang, Cina, dan India. Sebab usia hidup wanita lebih lama dari pria, terdapat 11,29 juta lebih wanita lanjut usia dibandingkan pria dan 9,26 juta pria. Dengan bertambahnya usia lanjut, kondisi fisik mereka, terutama kondisi sosial dan psikologis mereka pasti akan menurun. Dalam hal ini peran aktif dari petugas kesehatan masyarakat (khususnya perawat) untuk membantu lansia. Di tahun 1980 jumlah populasi lansia di Indonesia tercapai 7 juta, namun meningkat menjadi 12 juta pada tahun 1990, dan kemudian menjadi 14 juta pada tahun 2000. Saat ini penduduk lansia telah capai 16,5 juta jiwa. Diperkirakan di tahun 2020 populasi penduduk

lanjut usia capai 28 juta jiwa. Meningkatnya usia harapan hidup membebani masyarakat akibat peningkatan populasi lansia. Ini mengarah pada risiko yang lebih tinggi dalam masyarakat kita. Peningkatan jumlah penduduk lansia tidak hanya fonem bangsa Indonesia, tetapi juga fonem dunia (*Notoatmodjo, 2007*).

Dari berbagai sumber publikasi, Populasi lansia di Indonesia diperkirakan 35 juta, terhitung 13,2 % dari penduduk Indonesia, dan harapan hidup 69-71 tahun (Ikawati, 2009). Indonesia merupakan negara yang masuk dalam struktur umur penduduk, karena jumlah penduduk yang berumur 60 tahun ke atas sekitar 10,5% (*Hamka, Tanto Hariyanto, dan Hari Sukanto Adi. 2017*).

Berdasarkan data yang ditemukan jumlah lansia yang mengalami *post power syndrome* sebesar 4,386 persen. Sumbangan tersebut di lapangan dapat dilihat dibawah ini: Layanan sosial keluarga berorangtua pensiun melalui perencanaan kegiatan sebelum pensiun, antara lain : (a) Keluarga “memberikan masukan tentang rencana kegiatan setelah pensiun”, dapat ditunjukkan dari 30 responden yang menyatakan “ya”, ada 9 orang (30 persen); Ada 21 orang mengatakan "kadang kadang" (70%), dan mengatakan "tidak" tidak ada. (B) Anggota keluarga membantu mereka merencanakan apakah mereka ingin melakukan sesuatu. Dari 30 responden yang menjawab "Ya", 14 (46,67%); mengatakan “kadang kadang”, ada 13 orang (43,33 %), dan mengatakan “tidak”, ada 3 orang (10 %). (c) Keluarga membantu perencanaan pengeluaran keuangan (alokasi keuangan) setelah pensiun, dari 30 responden yang menyatakan “ya”, ada 8 orang (26,67 %); mengatakan “kadang-kadang”, ada 16 orang (53,33 %), dan mengatakan “tidak”, ada 6 orang (20 %). (d) Keluarga membantu mengarahkan kegiatan hobi yang akan dilakukan, dapat ditunjukkan dari 30, responden yang menyatakan “ya”, ada 9 orang (30 %); mengatakan “kadang kadang”, ada 18 orang (60 %), dan mengatakan “tidak”, ada 3 orang (10 %). (e) Keluarga mendukung kegiatan yang ingin dilakukan setelah pensiun, dari 30 responden mengatakan “ya”, ada 11 orang (36,67 %); mengatakan “kadang kadang”, ada 17 orang (56,67 %), dan mengatakan “tidak”, ada 2 orang (6,67 %), Data tersebut dapat disimpulkan bahwa responden layanan sosial keluarga yang meliputi: perencanaan kegiatan sebelum pensiun, kesempatan kegiatan religiusitas, kesempatan berekreasi, kesempatan memberikan arahan, pikiran, dan nasehat pada keluarga, kesempatan berinteraksi dengan lingkungan, dan kesempatan mengikuti kegiatan sosial berpengaruh terhadap *Post power syndrom* dalam hal ini kecemasan kehilangan status berkisar 16,67 persen - 53,33 persen. lanjut usia yang dapat menyesuaikan

dengan peran barunya, maka akan optimis terhadap hidup yang akan dijalannya, seperti menerima dirinya walaupun kondisinya telah pensiun, hal ini dapat memotivasi hidupnya lebih kuat dan tidak mudah stress, sehingga dapat mencegah terjadinya *post power syndrome*. Putusnya hubungan kerja menimbulkan problem serius yang berakibat psikologik maupun gangguan fisik seperti *post power syndrom*, dan ini terjadi apabila individu tidak mempersiapkan diri atau menyesuaikan dengan peran barunya (Ikawati, 2018).

Berdasarkan data dari kabupaten Bolaang Mongondow jumlah lansia dari tahun 2010 sampai 2017, dengan jenis kelamin laki laki pada tahun 2010 usia 60 sampai 75 tahun berjumlah 111.315 jiwa dan untuk perempuan berjumlah 102.984, total 214.299 jiwa, tahun 2011 jenis kelamin laki laki usia 60 sampai 75 tahun berjumlah 113.316 jiwa dan untuk perempuan berjumlah 104.759 jiwa dengan total 218.075 jiwa, tahun 2012 laki laki 115.267 jiwa perempuan 106.602 jiwa total 221.869 jiwa, tahun 2013 laki laki 117.39 jiwa perempuan 108.374 jiwa total 225.768 jiwa, tahun 2014 laki laki 119.403 jiwa perempuan 110.201 jiwa total 229.604, tahun 2015 laki laki 121.211 jiwa perempuan 111.978 jiwa total 233.189 jiwa, tahun 2016 laki laki 123.104 jiwa perempuan 113.789 jiwa total 236.893 jiwa (Badan Pusat Statisti, 2017).

Berdasarkan Badan Pusat Statistik Bolaang Mongondow jumlah lansia untuk perempuan 5000 dan laki laki <5000 untuk lansia non produktif sebanyak 65 orang. Lansia di Bolaang Mongondow masih banyak yang tergolong produktif maka untuk lansia yang masih produktif rentan untuk mengalami *Post Power Syndrom* (Badan Pusat Statistik Bolmong, 2019).

Data cakupan lansia usia 60-64 tahun di Kecamatan Bolaang Timur di desa Ambang 2 berjumlah 31 jiwa, desa Ambang I 27 jiwa, desa Tadoy 56 jiwa, desa Tadoy I 18 jiwa, desa Bolaang 33 jiwa, desa Bantik 30 jiwa, desa Lolan 30 jiwa, desa Bolaang I 29 jiwa, desa Lolan II 20 jiwa jumlah total lansia pada tahun 2018 di kecamatan bolaang timur sebanyak 274 jiwa (Badan Pusat Statistik Kecamatan Bolaang Timur, 2019).

Berdasarkan data yang didapatkan di Puskesmas Tadoy rata rata kunjungan tiap minggu berjumlah 25 lansia, dalam sebulan berkiras 90 sampai 100, untuk posyandu rata rata kunjungan 5 sampai 7 lansia dalam sebulan berjumlah 60 sampai 84 lansia Populasi kunjungan lansia di puskesmas tadoy untuk usia 60 sampai 64 berjumlah 115 lansia, untuk lansia yang sudah pensiun/ sudah tidak mempunyai pekerjaan lagi berjumlah 101 orang (*profil puskesmas tadoy, 2020*).

Post Power Syndrome Hampir selalu ada orang yang pensiun, terutama mereka yang sudah tua dan pensiunan, tetapi banyak orang dapat dengan cepat

memasuki tahap ini dan Terimalah kebenaran dengan pikiran yang toleran. Tetapi dalam beberapa kasus, seseorang tidak dapat terima kenyataan yang ada, ditambah dengan kebutuhan hidup yang mendesak. Jika dia satu-satunya pendukung kehidupan keluarga, maka risiko *post-power syndrome* yang parah lebih besar. Pengertian dan dukungan kerabat dan lingkungan sekitarnya keluarga sangat membantu dalam hal ini, dan kedewasaan emosi memiliki pengaruh yang besar terhadap *post power syndrome* (Tri Mardhany, 2017).

Turner & Helms (dalam Supardi, 2018) Jelaskan alasan PPS dalam kasus pengangguran, yaitu (1) kehilangan harga diri-kehilangan posisi menyebabkan hilangnya kesadaran diri); (2) hilangnya fungsi eksekutif-fungsi yang memberi kebanggaan; (3) kerugian Rasa tertentu dari perasaan orang lain; (4) Hilangnya orientasi pekerjaan; (5) Hilangnya sumber pendapatan yang terkait dengan posisi sebelumnya.

Ketika asuhan keperawatan diberikan, mungkin ada berbagai efek akibat interaksi antara keluarga dan lansia. Ini konsisten dengan pandangan jangka panjang tentang perawatan lansia yang melibatkan semua emosional, aspek fisik, psikologis, dan ekonomi keluarga. (Friedman, 2017; Potter & Perry, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Nofia (2011) yang berjudul *Post Power Syndrome in retired Manager Women*, Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang terkena *post power syndrome* merasa malu terhadap lingkungan mereka karena kondisi sosial dan ekonomi mereka, sehingga cenderung merasa cemas setelah pensiun. Oleh karena itu, jika lansia memiliki aktivitas pada awalnya, aktivitas tersebut akan hilang, dan konsekuensi dari *post power syndrome* akan menjadi lebih buruk

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif observasional menggunakan metode pendekatan *cross sectional*. Penelitian *cross sectional* merupakan suatu penelitian bilamana variabel yang terdapat faktor resiko dan variabel yang termuat efek observasi sekaligus pada waktu yang sama (Sugiyono, 2016).

Populasi lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tadoy berjumlah 101 lansia.

HASIL

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden di Puskesmas Tadoy Kecamatan Bolaang Timur tahun 2020 (n=30).

| Umur | f | % |
|-------|----|------|
| 54-59 | 11 | 36,7 |
| 60-74 | 13 | 43,3 |
| 75-80 | 6 | 20 |
| Total | 30 | 100 |

Sumber Data Primer 2020

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden di Puskesmas Tadoy Kecamatan Bolaang Timur tahun 2020 (n=30).

| Jenis Kelamin | f | % |
|---------------|----|-----|
| Laki – Laki | 12 | 40 |
| Perempuan | 18 | 60 |
| Total | 30 | 100 |

Sumber Data Primer 2020

ANALISA UNIVARIAT

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kesiapan keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Tadoy Tahun 2020 (n=30)

| Kesiapan Keluarga | f | % |
|-------------------|----|------|
| Siap | 23 | 76,7 |
| Kurang Siap | 7 | 23,3 |
| Total | 30 | 100 |

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan perawatan lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tadoy Tahun 2020 (n=30)

| Perawatan Lansia | (f) | % |
|------------------|-----|------|
| Ya | 22 | 73,3 |
| Tidak | 8 | 26,7 |
| Total | 30 | 100 |

ANALISA BIVARIAT

Tabel 5.5 Hubungan Kesiapan Keluarga dengan Perawatan Lansia yang Mengalami *Post Power Syndrom* di Wilayah Kerja Puskesmas Tadoy Tahun 2020

| Kesiapan Keluarga | Perawatan Lansia | | | | Total | P value | OR |
|-------------------|------------------|------|-------|------|-------|---------|-------|
| | Ya | | Tidak | | | | |
| | f | % | f | % | | | |
| Siap | 20 | 66,7 | 3 | 10 | 23 | 80 | |
| Kurang Siap | 2 | 6,7 | 5 | 16,7 | 7 | 20 | 0,007 |
| Total | 22 | 73,3 | 8 | 26,7 | 30 | 100 | |

PEMBAHASAN

Penelitian ini berjudul Hubungan Kesiapan Keluarga dengan Perawatan Lansia yang Mengalami *Post Power Syndrom* di Wilayah Kerja Puskesmas Tadoy Kecamatan Bolaang Timur, yang di lakukan pada tanggal 22 Agustus-19 September 2020. Dengan responden sebanyak 30 dengan tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Kesiapan Keluarga dengan Perawatan Lansia yang Mengalami *Post Power Syndrom* di wilayah kerja Puskesmas Tadoy.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *deskriptif observasional* dengan pendekatan *Crosssectional* merupakan suatu penelitian bilamana variabel yang terdapat faktor resiko dan variabel yang termuat efek observasi sekaligus pada waktu yang sama. Penelitian ini menggunakan uji *Chi Square*, hasil dari uji *Chi Square* didapatkan adanya 2 sel yang memiliki nilai frekuensi (*expected count*) <5 maka pembacaan hasil dilanjutkan *Fisher exact test* di dapatkan nilai $p=0,007$ yang menunjukkan bahwa *p value* lebih kecil dari $\alpha=0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Kesiapan Keluarga dengan Perawatan Lansia yang Mengalami *Post Power Syndrom*. Dengan nilai *odd ratio* 16,667 yang di bulatkan menjadi 17 yang artinya kesiapan keluarga siap berpeluang 17 kali dibandingkan dengan kesiapan keluarga kurang siap. Berdasarkan Asumsi peneliti didapatkan 23 responden yang siap dengan perawatan lansia terdapat 20 responden (66,7%) dan responden dengan siap yang tidak memberikan perawatan lansia ada 3 responden (10,0%) dengan alasan kurangnya finansial keluarga dan adanya urusan mendadak yang tidak di jelaskan ke peneliti. Responden yang kurang siap dan memberikan perawatan sebanyak 2 orang (6,7%) karena disaat melakukan perawatan keluarga mempunyai waktu sehingga bisa melakukan perawatan, sedangkan

responden yang kurang siap dan tidak memberikan perawatan sebanyak 5 orang (16,7%).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Santoso dan Lestari, (2018) Pengetahuan tentang status keluarga dan kondisi fisik lansia menunjukkan bahwa tidak semua lansia pasca pensiun menikmati kehidupan pensiun dengan status kesehatan yang menurun. Beberapa lansia merasa status kesehatannya menurun setelah pensiun, namun ada juga lansia yang tidak memperdulikan status kesehatannya karena pernah mengalami kondisi tersebut sebelum pensiun.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmat dan Suyanto (2016), Kesimpulan yang dapat ditarik adalah: gejala *post power syndrome* pada penelitian ini dapat ditemukan pada emosi, tubuh, dan perilaku subjek. Dari metode komunikasi subjek dan informasi yang disampaikan subjek selama proses pengumpulan data, dapat dilihat hasil yang diperoleh melalui wawancara dan observasi terhadap kedua subjek dalam penelitian.

Jurnal ; Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kejadian *Post Power Syndrom* pada Lansia di Puskesmas Payung Sekaki Kelurahan Labu Baru Timur Kota Pekanbaru

Masa tua merupakan penyesuaian diri terhadap kenyataan sosial yang baru yaitu pensiun, menduda atau menjanda yang membuat Perubahan psikologis pada lansia seperti takutnya kehilangan, kesepian takut menghadapi kematian, dan defresi. Perubahan psikologis lainnya seperti perubahan status sosial yaitu perubahan peran seperti *post power syndrome*. *Post power syndrome* adalah kumpulan gejala yang timbul pasca kekuasaan pada orang-orang yang mempunyai jabatan namun sudah tidak menjabat lagi akan terlihat gejala-gejala kejiwaan atau emosi yang tidak stabil. Oleh karna itu diperlukan dukungan dari keluarga untuk mengatasinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kejadian *post power syndrome* pada lansia, dengan jenis penelitian kuantitatif dan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang di lakukan di Puskesmas Payung Sekaki Kelurahan Labu Baru Timur Kota Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan purposive sampling dengan sample 100 orang. Data di analisis secara univariat dan bivariat. Uji univariat menggunakan distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukan terdapat hubungan antara dukungan instrumental (p-value 0,028), dukungan emosional (p-value 0,002), dukungan penilaian (p-value 0,001), dukungan keluarga (p-value 0,001) dengan kejadian post power syndrome pada lansia. Diharapkan bagi keluarga lansia dapat memberikan informasi kepada lansia baik melalui media apapun, agar lansia terhindar dari *post power syndrome*.

KESIMPULAN

1. Kesiapan keluarga sebagian besar berada pada kategori siap di Wilayah kerja Puskesmas Tadoy.
2. Perawatan lansia yang mengalami *post power syndrome* setelah diobservasi sebagian besar Ya lansia mengalami perubahan.
3. Ada hubungan antara Kesiapan Keluarga dengan Perawatan Lansia yang Mengalami *Post Power Syndrom* di Wilayah kerja Puskesmas Tadoy.

SARAN

1. Bagi instansi pendidikan
Diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang perawatan lansia yang mengalami *post power syndrome* khususnya dalam bidang keperawatan.
2. Bagi institusi
Penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi tenaga kesehatan untuk memberikan pengetahuan kepada keluarga tentang perawatan lansia yang mengalami *post power syndrome*.
3. Bagi masyarakat
Bisa memberikan pengetahuan kepada masyarakat terutama kepada keluarga tentang perawatan lansia yang mengalami *post power syndrome*.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik (BPS, 2017). Kabupaten Bolaang Mongondow. (9 Juni)
- Badan Pusat Statistik (BPS, 2019). <https://www.bps.go.id> Jakarta. (9 Juni)
- Friedman, M. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga : Riset, Teori, dan Praktek*. Jakarta: EGC. (10 Juni).
- Friedman, 2017, Potter, & Perry. (2018). *Family function in providing care to the elderly*. Yogyakarta : Gosyen Publishing. (10 Juni).
- Ikawati, (2018) *Layanan Sosial Keluarga Berorangtua Pensiunan Terhadap Post Power Syndrome Social Service to Family with Retired Parents Having Post-Power Syndrome*, Yogyakarta : Jurnal PKS Vol 17 No 2 : 179 – 194. (12 Juni)
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT.
- Profil Puskesmas Tadoy. (2017). *Data cakupan kunjungan lansia dan data lansia produktif serta pensiun*. . (19 Juni)

Jurnal Kesehatan : Amanah Prodi Ners Universitas Muhammadiyah Manado

Semiun. (2010). *Kesehatan Mental Reaction of post power syndrom* (Hal. 501). Jogjakarta : Kasinus. (20 Juni).

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, dan Kualitatif*. Bandung Alfabeta, Cv. (20 Juni).

WHO (2018). *Word Healt Organization quality of life. International*