

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisy, N. N. N., & Aisy, A. R. (2023). Analisis Faktor Hambatan Perempuan Dalam Menduduki Jabatan Struktural. *JUSTITIA Jurnal Ilmu Hukum Dan Humaniora*, 6(1), 72. <https://doi.org/10.31604/justitia.v6i1.72-81>
- Akbar, F., Darmiati, Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidias*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidias.v2i2.282>
- Alfiani, N., Yulifah, R., & Sutriningsih, A. (2017). Hubungan Pengetahuan Diabetes Mellitus dengan Gaya Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit tingkat II dr. Soepraoen Malang. *Nursing News*, 2(2), 390–402. <https://doi.org/https://doi.org/10.33366/nn.v2i2.485>
- Andreo-López, M. C., Contreras-Bolívar, V., Muñoz-Torres, M., García-Fontana, B., & García-Fontana, C. (2023). Influence of the Mediterranean Diet on Healthy Aging. *International Journal of Molecular Sciences*, 24(5), 1–35. <https://doi.org/10.3390/ijms24054491>
- Apsari, F. Y. (2012). Pengembangan Model Persiapan Pensiun Bagi Karyawan Non-Kependidikan Di Universitas “X.” *EXPERIENTIA : Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(1), 48–56. <http://journal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/view/52>
- Asih, N. S., Yuliadi, I., & Karyanta, N. A. (2015). Hubungan antara konsep diri dan religiusitas dengan kepuasan hidup pada lansia di Desa Rendeng Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 4(1), 1–12. <http://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/candrajiwa/article/view/100>

- Asih, P., Yuniarsih, S. M., & Hasanah, N. (2020). Hubungan Kesehatan Spiritual Lansia Dengan Persiapan Menghadapi Kematian. *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, 6(1), 102–107.  
<http://conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/1759/1028>
- Astri, F., & Naomi, P. (2018). Faktor Demografi Dan Persepsi Individu Dalam Menentukan Jenis Investasi Untuk Masa Pensiun. *Equilibrium: Jurnal Ekonomi-Manajemen-Akuntansi*, 14(1), 22.  
<https://doi.org/10.30742/equilibrium.v14i1.409>
- Babb, S., Malarcher, A., Schauer, G., Asman, K., & Jamal, A. (2017). Quitting Smoking Among Adults. In *CDC- Morbidity & Mortality Weekly Report* (Vol. 65, Issue 52). <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/65/wr/pdfs/mm6552a1.pdf>
- Bachrudin, E. A. (2016). *Pengaruh Pengetahuan Keuangan dan Faktor Demografi Terhadap Perencanaan Keuangan* [STIE Perbanas Surabaya].  
<http://eprints.perbanas.ac.id/id/eprint/351>
- Badan Kepegawaian Daerah (BKD). (2023). *Pembekalan Pensiun Untuk PNS yang akan Memasuki Masa Purna Tugas Periode Januari hingga Juli 2024*. Badan Kepegawaian Daerah D.I. Yogyakarta. <https://bkd.jogjaprov.go.id/informasi-publik/berita/pembekalan-pensiun-untuk-pns-yang-akan-memasuki-masa-purna-tugas-periode-januari-hingga-juli-2024>
- Badan Kepegawaian Daerah (BKD). (2024). *Rekapitulasi Jumlah PNS Pemerintah D.I. Yogyakarta*. Badan Kepegawaian Daerah Daerah Istimewa Yogyakarta.  
<https://bkd.jogjaprov.go.id/statistik>

- Badan Kepegawaian Negara (BKN). (2023). *Buku Statistik Aparatur Sipil Negara Semester 1 2023*. <https://satudataasn.bkn.go.id>
- Bahdah, A. A., Umar, F., Nurqamar, I. F., & Sanusi, A. (2022). Kebutuhan Program Persiapan Pensiun Bagi Tenaga Kependidikan. *Madic, January*, 167–178.  
<https://www.unisbank.ac.id/ojs/index.php/madic/article/view/7546/2515>
- Budi, D. R., Listiandi, A. D., Widanita, N., & Anggraeni, D. (2020). Edukasi Kesehatan Mengenai Aktivitas Olahraga dan Pola Istirahat Bagi Wanita Usia Dewasa dan Lansia. *Journal Berkarya*, 2(2), 68–75.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jba.0202.2020.10>
- Budiastuti, D. (2018). *Validitas dan Reliabilitas Penelitian dengan Analisis dengan NVIVO, SPSS dan AMOS*. Mitra Wacana Media.  
<https://lib.ui.ac.id/detail?id=20498846&lokasi=lokal>
- Bukhari, E., Fikri, A. W. N., & Narpati, B. (2020). Pembekalan Perencanaan Keuangan dalam Memasuki Persiapan Pensiun bagi PNS Pemkot Bekasi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UBJ*, 3(1), 21–26.  
<https://doi.org/10.31599/jabdimas.v3i1.52>
- Cahya, M. R. F., Nurdyansyah, F., Mardiana, N. A., Widiyawati, A., Badriyah, L., Sholihin, R. M., Ferazuma, H., Amalindah, D., Puspita, D., Ani, N., Nurlinawati, Astuti, I. D., Kasiyati, M., Wityadarda, C., Alamsyah, P. R., & Damayanti, D. S. (2023). *Gizi & Penyakit Kronis* (F. Fadhila (ed.)). PT Sada Kurnia Pustaka.  
[sadapenerbit.com](http://sadapenerbit.com)
- Cena, H., & Calder, P. C. (2020). Defining a healthy diet: Evidence for the role of

contemporary dietary patterns in health and disease. *Nutrients*, 12(2), 1–15.

<https://doi.org/10.3390/nu12020334>

Chai, A. J., & Mohd Noor, H. (2022). Konsep Penuaan Aktif di Malaysia: Satu

Penelitian Awal. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities*

(*MJSSH*), 7(2), 1–29. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i2.1204>

Choi, S. Y., Kim, H. R., & Myong, J. P. (2020). The mediating effects of marital

intimacy and work satisfaction in the relationship between husbands' domestic

labor and depressive mood of married working women. *International Journal of*

*Environmental Research and Public Health*, 17(12), 1–12.

<https://doi.org/10.3390/ijerph17124547>

Cleopatra, M. (2015). Pengaruh Gaya Hidup dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi

Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 5(2), 168–181.

<https://doi.org/10.30998/formatif.v5i2.336>

Dahlan, M. S. (1976). *Besar sampel untuk penelitian kedokteran dan kesehatan* (2nd

ed.). Arkans, 2005.

Dewi, N. P., Utami, I. K., & Wirawa, W. (2023). Penyuluhan Kesehatan Pola Hidup

Sehat Pada Lansia. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 2829–2073.

<https://doi.org/https://doi.org/10.47701/abdimas.v1i1.2497>

Ding, D., Grunseit, A. C., Chau, J. Y., Vo, K., Byles, J., & Bauman, A. E. (2016).

Retirement—A Transition to a Healthier Lifestyle?: Evidence From a Large

Australian Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 51(2), 170–178.

<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2016.01.019>

- Dinsi, V., Setiati, E., & Yuliasari, E. (2006). *Ketika Pensiun Tiba* (E. Setiati (ed.)). Wijawiyata Media Utama.
- Eibich, P. (2015). Understanding the effect of retirement on health: Mechanisms and heterogeneity. *Journal of Health Economics*, 43, 1–12.  
<https://doi.org/10.1016/j.jhealeco.2015.05.001>
- El-Banjary, J. (2021). *Inspiring Headmaster* (J. Suzana (ed.)). Elex Media Komputindo.
- Emmanuel, A., & Clow, S. E. (2017). A questionnaire for assessing breastfeeding intentions and practices in Nigeria: Validity, reliability and translation. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12884-017-1366-9>
- English, T., & Keeley, J. W. (2015). Internal Consistency Approach to Test Construction. In *The Encyclopedia of Clinical Psychology* (Eds R.L. Cautin and S.O. Lilienfeld).  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781118625392.wbecp156>
- Eriana, I. (2017). *Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi Pada Pegawai Negeri Sipil UIN Alauddin Makassar Tahun 2017*.  
<https://core.ac.uk/download/pdf/198226331.pdf>
- Erwanto, R., & Kurniasih, D. E. (2022). Kajian Determinan Sosial Dan Perilaku Cerdik Terhadap Kejadian Penyakit Tidak Menular Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Asn Kota Magelang. *Jurnal Jendela Inovasi Daerah*, 5(1), 1–27.  
<https://doi.org/10.56354/jendelainovasi.v5i1.112>

- Fadilah, S. (2018). Kesetaraan Gender: Fenomena Pergeseran Peran Ekonomi Wanita Dari Tulang Rusuk Menjadi Tulang Punggung. *Mitra Gender (Jurnal Gender Dan Anak, 1*(1), 18–26.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.47701/abdimas.v1i1.2497>
- Fardila, N., Rahmi, T., & Putra, Y. Y. (2014). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesiapan Menghadapi Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil. *Rap Unp, 5*(2), 157–168.  
<https://scholar.archive.org/work/f3qsopdz7rb3hfesknioz7z4k4/access/wayback/http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/viewFile/6630/5189>
- Fatihaturahmi, F., Yuliana, Y., & Yulastri, A. (2023). Literature Review : Penyakit Degeneratif : Penyebab, Akibat, Pencegahan Dan Penanggulangan. *JGK: Jurnal Gizi Dan Kesehatan, 3*(1), 63–72. <https://doi.org/10.36086/jgk.v3i1.1535>
- Fatmawati, B. R., Suprayitna, M., & Istianah, I. (2021). Self Efficacy Dan Perilaku Sehat Dalam Modifikasi Gaya Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram, 11*(1), 1–7. <https://doi.org/10.57267/jisym.v1i1.73>
- Fatmawati, V., & Imron, M. A. (2017). Perilaku Koping Pada Lansia Yang Mengalami Penurunan Gerak Dan Fungsi. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah, 9*(1), 26–38. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v9i1.9569>
- Fitriana, L. N., Lestari, D. R., & Rahmayanti, D. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan, 9*(2), 169. <https://doi.org/10.20527/dk.v9i2.6544>

- Fitriana, R., & Darmawan, D. R. (2021). Workout Sebagai Gaya hidup Sehat Wanita Modern. *Satwika : Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 5(2), 199–213.  
<https://doi.org/10.22219/satwika.v5i2.17571>
- Gea, M. J., Mendrofa, C., & Baene, E. (2022). Analisis Penerapan Manajemen Karir Pegawai Pada Kantor Kecamatan Tuhemberua Kabupaten Nias Utara. *Jurnal Ilmiah Simantek*, 6(4), 124–127.  
<https://simantek.sciencemakarioz.org/index.php/JIK/article/view/385/360>
- Girsang, A. P. L., Sulistyowati, R., Sulistyowati, N. P., Dewi, F. W. R., Nugroho, S. W., Ramadani, K. D., & Wilson, H. (2022). *Statistik Penduduk Lanjut Usia* (A. S. Mustari, R. Sinang, I. Maylasari, & B. Santoso (eds.)). <https://www.bps.go.id>
- Guavany, I. (2016). Perbedaan Kesiapan Pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Golongan III ditinjau dari Jenis Kelamin. *Skripsi*.  
<http://repository.uksw.edu/handle/123456789/10165>
- Gunawan, M. M., Darrent, A., Ticoalu, A. F., & Anastasia, N. (2022). Persepsi Masyarakat Surabaya Terhadap Perencanaan Dana Pensiun. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 9(1), 128–135.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.34308/eqien.v9i1.319>
- Hakim, L. N. (2020). Urgensi Revisi Undang-Undang tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 11(1), 43–55.  
<https://doi.org/10.46807/aspirasi.v11i1.1589>
- Haryadi, S. R., & Husin, D. (2024). Konsep Lansia Aktif Dalam Perancangan Panti Jompo Di Kemang Selatan. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan*,

*Arsitektur (Stupa)*, 6(1), 523–534. <https://doi.org/10.24912/stupa.v6i1.27496>

Henning, G., Bjälkebring, P., Stenling, A., Thorvaldsson, V., Johansson, B., & Lindwall, M. (2019). Changes in within- and between-person associations between basic psychological need satisfaction and well-being after retirement. *Journal of Research in Personality*, 79, 151–160. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2019.03.008>

Heryana, A. (2020). Etika Penelitian. In *Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Esa Unggul*. <https://doi.org/10.30883/jba.v25i1.906>

Hurtado, M. D., & Topa, G. (2018). Health Behavior and Health and Psychosocial Planning for Retirement among Spanish Health Professionals. *Journal of Clinical Medicine Article*, 7(12), 1–11. <https://doi.org/10.3390/jcm7120495>

Hurtado, M. D., & Topa, G. (2019). Quality of Life and Health Influence of Preparation for Retirement Behaviors Through The Serial Mediation of Losses and Gains. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(9), 1–28. <https://doi.org/10.3390/ijerph16091539>

Ibrahim, J., Zulfitri, R., & Jumaini, J. (2022). Perbedaan Persepsi Diri Terhadap Proses Penuaan Antara Lansia Di Daerah Rural Dan Urban. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol1.iss2.279>

Indriana, Y., Desiningrum, D. R., & Kristiana, I. F. (2011). Religiositas, Keberadaan Pasangan Dan Kesejahteraan Sosial (Social Well Being) Pada Lansia Binaan Pmi Cabang Semarang. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 184–193. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.184-193>



- Irianti, T. T., Pramono, S., & Sugiyanto. (2022). *Penuaan dan Pencegahannya: Proses Faali Biokimiawi dan Molekuler* (Siti (ed.)). Gadjah Mada University Press, Anggota IKAPI dan APPTI.
- Kemenkes. (2017). Komisi Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional. *Kementerian Kesehatan RI*, 1–158. [file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/buku - Pedoman-keppkn-20017.pdf](file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/buku%20-%20Pedoman-keppkn-20017.pdf)
- Kemenkes. (2018a). *Mengenal Jenis Aktivitas Fisik*.  
<https://ayosehat.kemkes.go.id/mengenal-jenis-aktivitas-fisik>
- Kemenkes. (2018b). *Potret Kesehatan Indonesia dari Riskesdas 2018*.  
<https://www.kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/potret-sehat-indonesia-riskesdas-2018>
- Kim, H., Ekerdt, D. J., & Baker, T. A. (2024). Retirement Preparedness: A Study of Gender, Marital Status, and Motivation Factors by Using a Theory of Planned Behavior Model. *Journal of Women and Aging*, 37(1), 43–55.  
<https://doi.org/10.1080/08952841.2024.2385858>
- Kohar, M. A. (2022). Literasi Keuangan, Pengelolaan Keuangan dan Sikap Menabung Pengaruhnya Terhadap Perencanaan Dana Pensiun Melalui Variabel Moderasi Tingkat Pendidikan. *BALANCE: Economic, Business, Management and Accounting Journal*, 19(2), 100. <https://doi.org/10.30651/blc.v19i2.11175>
- Komite Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional Kementerian Kesehatan RI (KEPPKN). (2021). Pedoman dan standar penelitian dan

pengembangan kesehatan nasional. In *Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).*

Kurnianto, D. (2015). Menjaga Kesehatan di Usia Lanjut. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11(2), 19–30. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v11i2.5725>

Lasanuddin, H. V., Ilham, R., & Umani, R. P. U. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Peningkatan Kadar Kolesterol Lansia Di Desa Tenggela Kecamatan Tilango. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 2(2), 22–344. <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jikki.v2i1.566>

Li, W., Ye, X., Zhu, D., & He, P. (2021). The Longitudinal Association between Retirement and Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis. *American Journal of Epidemiology*, 190(10), 2220–2230. <https://doi.org/10.1093/aje/kwab125>

Liando, L. E., Amisi, M. D., & Sanggelorang, Y. (2021). Gambaran Aktivitas Fisik Mahasiswa Semester Iv Fakultas Kesehatan Masyarakat Unsrat Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, 10(1), 118–128. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/32246>

Liu, C., Bai, X., & Knapp, M. (2021). Multidimensional Retirement Planning Behaviors, Retirement Confidence, and Post-Retirement Health and Well-Being Among Chinese Older Adults in Hong Kong. *Applied Research in Quality of Life*, 17(2), 833–849. <https://doi.org/10.1007/s11482-020-09901-7>

Mahawati, E., Yuniwati, I., Ferinia, R., Rahayu, P. P., Fani, T., Sari, A. P.,

- Setijaningsih, R. A., Fitriyatinur, Q., Sesilia, A. P., Mayasari, I., Dewi, I. K., & Bahri, S. (2021). Analisis beban kerja Dan produktivitas kerja dan produktivitas kerja. In R. Watrionthos (Ed.), *Yayasan Kita Menulis*. Yayasan Kita Menulis. <https://repository.unai.edu/id/eprint/285>
- Mardova, I. (2020). Kesiapan ASN Menghadapi Masa Pensiun Berdasarkan Pangkat/Golongan Dan Jenis Kelamin Serta Implikasinya Terhadap Konseling. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 5(2), 35. <https://doi.org/10.26737/jbki.v5i2.1305>
- Mawarti, E. (2020). Persiapan Pegawai Dinas Pemberdayaan Masyarakat Dan Desa Provinsi Riau Dalam Menghadapi Masa Pensiun (Studi Kasus di Dinas PMD) [UIN SUSKA RIAU]. In *Skripsi Suska Riau*. <http://repository.uin-suska.ac.id/40627/>
- Mayzarrah, D. A., Yusuf, R. A., Sani, A., Andayanie, E., & Hardi, I. (2023). Pengaruh Gaya Hidup Sehat Terhadap Produktivitas Pegawai di Kantor Badan Pengelolaan Keuangan Daerah (BPKD) Kabupaten Luwu. *Window of Public Health Journal*, 4(3), 439–448. <https://doi.org/10.33096/woph.v4i3.865>
- Mazzonna, F., & Peracchi, F. (2017). Unhealthy Retirement? *Journal of Human Resources*, 52(1), 128–151. <https://doi.org/10.3368/jhr.52.1.0914-6627R1>
- Muis, M. (2021). Pengaruh Pendapatan Terhadap Marginal Propensity To Save (Mps) Rumah Tangga Pada Pegawai Negeri Sipil (Pns) Di Iain Bone. *Islamic Banking and Finance*, 1(2), 154–168. <https://doi.org/10.30863/ibf.v1i2.3015>
- Mulyana, A., Lestari, D., Pratiwi, D., Rohmah, N. M., Tri, N., Agustina, N. N. A., &

- Hefty, S. (2024). Menumbuhkan Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Melalui Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(2), 321–333. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v2i2.2998>
- Musman, A. (2020). *Pintar Merencanakan pensiun: Setelah Pensiun Mau Apa?* Unicorn Publishing.
- Mustofa, S., & Sani, N. A. (2024). Persiapan Masa Purnabakti , Pentingnya Peningkatan Pengetahuan Pola Hidup Sehat dan Mengatasi Masalah Kesehatan pada Usia Pensiun. *Medula (Medical Profession Journal of Lampung)*, 14(1), 196–204. <https://doi.org/https://doi.org/10.53089/medula.v14i1.826>
- Muthia, F., Ghasarma, R., & Andaiyani, S. (2021). Factors Affecting Retirement Planning Ability. *Sriwijaya International Journal of Dynamic Economics and Business*, 5(March), 41–50. <https://doi.org/10.29259/sijdeb.v1i1.41-50>
- Muzakkir. (2020). Kesiapan diri menghadapi masa pensiun ditinjau dari aspek spiritual. *AL-KAFFAH*, 8(1), 1–27.
- Nabila, J. R., Lailaturohmah, S., & Aulia, M. E. C. (2022). *Potensi Buah Anggur Sebagai Anti Aging Alami Dalam Perspektif Sains Dan Islam. Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam Dan Sains*, 4(1), 150–154. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/saintek/kiiis/article/view/3274>
- Naresawari, A. D., Wijayanti, E., Oktaviani, F. I., & Santoso, A. P. A. (2020). Analisis Pengguna Rokok di Masa Pandemi COVID-19 di Kecamatan Nogosari. *Prosiding Seminar Nasional Hukum, Bisnis, Sains Dan Teknologi*, 1, 72–76. <https://ojs.uadb.ac.id/index.php/HUBISINTEK/article/view/981>

- Naruetharadhol, P., Wongsachia, S., Van Wouwe, M., & Ketkaew, C. (2021). Career Status, Retirement Readiness, and Age Differences: Empirical Evidence from Skilled Immigrants in Thailand. *Cogent Business and Management*, 8(1).  
<https://doi.org/10.1080/23311975.2021.1885572>
- Nasrulsyah, C., Ichwansyah, F., Hermansyah, H., Abdullah, A., & Zahara, M. (2022). Pengaruh Kebugaran, IMT dan Umur terhadap Risiko Diabetes Melitus pada Pegawai Negeri Sipil. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 7(2), 205.  
<https://doi.org/10.30867/action.v7i2.891>
- Nasution, V. S. (2023). Terapi Stem Cell: Sebuah Sensasi Atau Harapan. *Bioteknologi Farmasi*, 1–7.  
[https://www.academia.edu/download/96165207/Riview\\_artikel\\_stem\\_cell\\_sebuah\\_sensasi\\_atau\\_harapan\\_vevi\\_5J\\_3.pdf](https://www.academia.edu/download/96165207/Riview_artikel_stem_cell_sebuah_sensasi_atau_harapan_vevi_5J_3.pdf)
- Nathaniel, A., Sejati, G. P., Perdana, K. K., Lumbantobing, R. D. P., & Heryandini, S. (2018). Perilaku Profesional Terhadap Pola Makan Sehat. *Indonesian Business Review*, 1(2), 186–200. <https://doi.org/10.21632/ibr.1.2.186-200>
- Norikun, B. (2024). Pentingnya Peran Program Persiapan Pensiun Terhadap Kesiapan Pensiun Karyawan. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Kewirausahaan*, 4(2), 29–37.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.51903/manajemen.v4i2.806> PENTINGNYA
- Notoadmojo, S. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Novela, V. (2020). Hubungan Konsumsi Zat Gizi Mikro Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas. *Human Care Journal*, 4(3), 190.

<https://doi.org/10.32883/hcj.v4i3.549>

- Nurvaeni, A. I. (2015). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kesiapan Menghadapi Pensiun Pada Guru SD Di Kecamatan Sentolo Kabupaten Kulon Progo Tahun 2015-2016. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Edisi 4 Tahun Ke-4 2015*, 1. <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/14003>
- Pedreiro, A. T., Loureiro, I., & Loureiro, H. (2023). Marital Development, Communication And Happiness In Portugese Newly Retirees. *Millenium*, 2(21). <https://doi.org/https://doi.org/10.29352/mill0221.28045>
- Permatasari, L, I., Lukman, N., & Supriadi. (2014). Hubungan Anatara Dukungan Keluarga Dan Efikasi Diri Dengan Perawatan Diri Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ujung Berung Indah Kota Bandung. *Universitas Padjajaran*. <https://pustaka.unpad.ac.id/wp-content/uploads/2015/01/Hubungan-Antara-Dukungan-Keluarga-Dan-Efikasi-Diri.pdf>
- Pramaswari, A. M., & Fatah, M. Z. (2023). Program Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3447–3454. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/15945%0Ahttps://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/download/15945/pdf>
- Prasetya, L. T. (2022). Representasi Kelas Sosial Dalam Film Gundala (Analisis Semiotika Roland Barthes). *Jurnal Audiens*, 3(3), 91–105. <https://doi.org/10.18196/jas.v3i3.12697>
- Prastiwi, R. I., Risy W, R., & Lestari, S. (2020). Postur Kifosis Menyebabkan Gangguan Keseimbangan Statis Lansia. *Jurnal Keterapian Fisik*, 5(2), 140–146.

<https://doi.org/10.37341/jkf.v5i2.225>

Pratiwi, D. A. D. P., & Lestari, M. D. (2019). Gambaran dukungan sosial dan penyesuaian diri pada perempuan pegawai negeri sipil prapensiun di Provinsi Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(02), 328.

<https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i02.p12>

Pratiwi, R. D., Andriati, R., Puspita, R. R., Romlan, S. N., Betty, Veri, Fitriani, D., Ekawati, N., Hasanah, U., Selvia, A., Maulana, A., Nurulita, D., Miliani, K., & Agustin, L. (2021). Pemeriksaan Kesehatan: Tnada Vital, Gula Darah, Pemeriksaan Fisik, Konsultasi Kesehatan, Kadar Kolesterol, dan Asan Urat Kepada Dosen Universitas Pamulang. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 2(1), 83–88.

<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.52031/jam.v2i1.126>

Pribadi, T., Chrisanto, E. Y., & Sitanggang, A. E. (2021). Penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi pada lansia. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 1(2), 70–81. <https://doi.org/10.56922/phc.v1i2.50>

Priyanti, D. (2016). Perbedaan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Yang Bekerja Dan Tidak Bekerja Yang Menjalani Hemodialisis Di Yayasan Ginjal Diatrans Indonesia. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1).

<https://doi.org/10.51353/inquiry.v7i1.82>

Puspita, E., Oktaviarini, E., & Dyah Puspita Santik, Y. (2017). Peran Keluarga Dan Petugas Kesehatan Dalam Kepatuhan Pengobatan penderita Hipertensi Di Puskesmas Gunungpati Kota Semarang. *Jurnal Kesehatatan Masyarakat Indones*, 12(2), 25–32.

<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmi/article/view/3172>

Putra, D. R., & Laksmiwati, H. (2023). Kepuasan Hidup Pada Laki-Laki Yang Telah Pensiun Bekerja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3), 531–546.

<https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v10i03.54495>

Putranto, N., Mozart, M., Purwoko, R. Y., Hidana, R., Krista, A. J., Khadafi, Z., & Fitriani, E. (2022). Knowledge, Attitudes, and Behaviors about Healthy Lifestyles and It's Effect on Health Status of Undergraduate Student Cadets 1st Angkatan After One Year of Education. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 10(2), 56–65. <https://doi.org/10.47794/jkhws.v10i2.367>

Putri, D. E. (2021). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(4), 1147–1152.

<https://doi.org/https://doi.org/10.47492/jip.v1i4.835>

Rachmi, C. N. R., Wulandar, E., Kurniawan, H., Wiradnyani, L. A. A. W., Ridwan, R., & Akib, T. C. (2019). *Buku paduan untuk siswa: Aksi Bergizi, Hidup Sehat Sejak Jaman Sekarang Untuk Remaja Kekinian* (A. Roshita, J. H. Rah, & D. Y. Setiawati (eds.)). Kementerian Kesehatan RI.

Rolanda, I., Mulia, A. A., & Laksmiwati, M. (2022). Edukasi Perencanaan Keuangan Keluarga Bagi Mitra - Beeme Skincare. *KRESNA: Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 255–261.

<https://jurnaldrpm.budiluhur.ac.id/index.php/Kresna/>

Roshifanni, S. (2016). Risiko Hipertensi Pada Orang Dengan Pola Tidur Buruk.

*Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(3), 408–419. <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i3>



- Safitri, B. R. (2013). Kesiapan Menghadapi Masa Pensiun Ditinjau Dsr Peran Gender Karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(02), 191–204.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v1i2.1577>
- Sanusi, R. (2020). Identifikasi Gaya Hidup Pra-Lansia Etnis Tionghoa Dalam Menjaga Kesehatan dan Kebugaran. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 5(2), 180–193.  
<http://doi.org/10.22216/jen.v5i2.4613ABSTRAK>
- Saputra, E. D., & Murniati, M. P. (2021). Pengaruh Literasi Keuangan, Perilaku Keuangan, Karakteristik Sosial Demografi, Toleransi Risiko terhadap Perencanaan Keuangan Hari Tua Pegawai Instansi XYZ .... *Fokus Bisnis: Media ...*, 20(2), 216–229. <https://doi.org/10.32639/fokusbisnis.v20i2.950>
- Saputra, H. R., & Sagala, E. J. (2016). Pengaruh Program Persiapan Pensiun Terhdap Kesiapan Pensiun Karyawan Di PT Krakatau Steel ( PERSERO ) TBK. *E-Proceeding of Management*, 3(3), 2991–2998.  
<https://doi.org/https://core.ac.uk/download/pdf/299912063.pdf>
- Sari, A. R., Rahman, F., Wulandari, A., Pujiанти, N., Laily, N., Anhar, V. Y., Anggraini, L., Azmiyannoor, M., Ridwan, A. M., & Muddin, F. I. (2020). Perilaku Pencegahan Covid-19 Ditinjau dari Karakteristik Individu dan Sikap Masyarakat. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(1), 32–37. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v1i1.41428>
- Satriawan, D. (2022). Gambaran Kebiasaan Merokok Penduduk Di Indonesia. *Jurnal Litbang Sukowati : Media Penelitian Dan Pengembangan*, 5(2), 51–58.

<https://doi.org/10.32630/sukowati.v5i2.243>

- Sekarsari, N. K. W. D., & Susilawati, L. K. P. A. (2015). Bentuk Bentuk Dukungan Sosial. *Jurnal Artikel*, *II*(2), 172–184. file:///C:/Users/arism/Downloads/25197-1-49844-1-10-20161210 (1).pdf
- Setianingsih, E. S. (2018). Wabah Gaya Hidup Hedonisme Mengancam Moral Anak. *MALIH PEDDAS (Majalah Ilmiah Pendidikan Dasar)*, *8*(2), 139–150.  
<https://core.ac.uk/download/pdf/234022203.pdf>
- Sgarbieri, V. C., & Bertoldo Pacheco, M. T. (2017). Healthy Human Aging: Intrinsic and Environmental Factors TT - Envelhecimento Humano Saudável: Fatores Intrínsecos e Ambientais. *Brazilian Journal of Food Technology*, *20*, e2017007.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1590/1981-6723.00717>
- Shahrom, N. N., Saputra, J., & Koris, R. (2022). The Impact of the Elderly Population, Life Expectancy and Economic Growth towards Health Spending in Malaysia. *Journal of Madani Society*, *1*(3), 135–149.  
<https://doi.org/10.56225/jmsc.v1i3.137>
- Shrotryia, V. K., & Dhanda, U. (2019). Content Validity of Assessment Instrument for Employee Engagement. *SAGE Open*, *9*(1).  
<https://doi.org/10.1177/2158244018821751>
- Sina, P. G. (2015). Wealth Managemnet untuk Pensiun yang Sejahtera. *Jurnal Economia*, *11*(2), 186–199.
- Sinaga, I. M., Sari, M. I., & Ichwan, M. M. (2020). Efek Ekstrak Daun Gambir (Uncaria Gambir Roxb) Terhadap Tingkat Stress Oksidatif Dan Ekspresi Sirtuin

3 Pada Hipokampus Mencit Betina Model Penuaan Yang Diinduksi D-

Galaktosa. *Jurnal Farmasimed (Jfm)*, 3(1), 17–25.

<https://doi.org/10.35451/jfm.v3i1.473>

Sinaga, J., & Sembiring, E. (2018). Self Efficacy dan Gaya Hidup Pasien Hipertensi.

*Jurnal Kesehatan*, 9(November), 360–365. <http://ejurnal.poltekkes->

[tjk.ac.id/index.php/JK](http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK)

Solhi, M., Pirouzeh, R., Zanjari, N., & Janani, L. (2022). Dimensions of Preparation

for Aging: A Systematic Review. *Medical Journal of the Islamic Republic of*

*Iran*, 36(1). <https://doi.org/10.47176/mjiri.36.81>

Solovida, G. T. (2014). Pelatuhan Perencanaan Keuangan Bagi Para Pensiunan: Tips

Trik Mempersiapkan Keuangan yang Aman dan Berkelanjutan. *Perwira Journal of Community Development*, 3(2), 1–5.

<https://doi.org/https://doi.org/10.54199/pjcd.v4i2.428>

Sudargo, T., Aristasari, T., 'Afifah, A., Prameswari, A. A., Ratri, F. A., & Putri, S. R.

(2021). *Asuhan Gizi Pada Lanjut Usia*. Gadjah Mada University Press, Anggota IKAPI dan APPTI.

Sudirman, A. N. A., Febriyona, R., & Paneo, I. (2023). Optimalisasi Peran Masyarakat

Dalam Pencegahan Penyakit Kronis (Hipertensi, Diabetes Melitus dan Gout

Arthritis) Di Desa Talumelito. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada*

*Masyarakat (PKM)*, 6(9), 3632–3641.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>

Sulistyowati, E. T., & Isnugroho, H. (2024). Peningkatan Kesehatan Dengan

Pemeriksaan Kesehatan Gratis Di Desa Awo Kecamatan Cina Kabupaten Bone.

*Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada*, 5(2), 105–109.

<https://doi.org/http://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i2.3124>

Suminar, N. R. (2015). Kegiatan Pegawai Negeri Sipil Menjelang Masa Pensiun.

*Journal Unair*, 4(1–10).

[http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbe)

[8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbe](http://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbe)

[co.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SIST](https://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)

[EM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](https://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)

Susanti, E., & Kholisoh, N. (2018). Kontruksi Makna Kualitas Hidup Sehat. *Jurnal*

*Lugas*, 2(1), 3. <https://ojs.stiami.ac.id/index.php/lugas/article/download/117/102>

Sutarto, J. T., & Cokro, C. I. (2008). *Pensiun bukan akhir segalanya: cara cerdas*

*menghadapi pensiun*. PT Gramedia Pustaka Utama.

Tiara, P. P., & Lasnawati, L. (2022). Makna Gaya Hidup Sehat Dalam Perpektif

Teori Interaksionisme Simbolik. *Humantech : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*

*Indonesia*, 1(11), 1627–1638.

<https://doi.org/https://doi.org/10.32670/ht.v1i11.2300>

Trisnowati, T., & Sunaryanti, B. (2023). Fungsi Kognitif Wanita Lanjut Usia Ditinjau

Dari Tipe Keluarga. *Maheasa: Malahayati Health Student Journal*, 3(3), 789–

800. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i3.9991>

Undang-Undang Republik Indonesia. (1976). *Undang-Undang Republik Indonesia*

*Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan*.

- Van Der Heide, I., Van Rijn, R. M., Robroek, S. J. W., Burdorf, A., & Proper, K. I. (2013). Is Retirement Good for Your Health? A Systematic Review of Longitudinal Studies. *BMC Public Health*, 13(1), 1–11.  
<https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-1180>
- Wahdah, S., Juffrie, M., & Huriyati, E. (2016). Faktor risiko kejadian stunting pada anak umur 6-36 bulan di Wilayah Pedalaman Kecamatan Silat Hulu, Kapuas Hulu, Kalimantan Barat. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 3(2), 119.  
[https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3\(2\).119-130](https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3(2).119-130)
- Waluyo, S. H., & Hamka. (2022). Analisis Program Pembekalan Menghadapi Masa Pensiun Di Lingkungan Mabes Polri. *Journal Of Public Policy and Applied Administration*, 4(2), 13–21.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.32834/jplan.v4i2.527>
- Wanodya, H. N. (2016). *Penyesuaian Diri Menjelang Pensiun Pada Guru PNS Golongan IV/A Di Kabupaten Grobogan*.  
<http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/47928>
- Wianti, S., & Muchlisin, U. O. (2020). Studi Fenomenologi: Pengalaman Adaptasi Diri Pada Lansia Di Masa Pensiun. *Healthcare Nursing Journal*, 2(2), 36–41.  
<https://doi.org/10.35568/healthcare.v2i2.863>
- Wilantika, R., Mukhlis, H., Farmasita, G. P., Silfia, V. D., Damayanti, A., & Rismawati. (2022). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Masa Pensiun. *Journal Psikologi Aisyah*, 4(1),

1–15.

<https://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/JPY/article/download/PENSIUN/612>

Witono, T. (2021). Strategi Active Ageing untuk Wujudkan Kualitas Hidup Lansia

Indonesia. *Jurnal Pusdiklat Kesos*, 8(18), 99–117.

<http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>  
<http://fiskal.kemenkeu.go.id/ejournal>  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001>  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055>  
<https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006>  
<https://doi.org/10.1>

Wulandari, & Irfan, M. (2023). Active Aging Dalam Meningkatkan Kesejahteraan

Lanjut Usia. *Share : Social Work Journal*, 13(1), 102.

<https://doi.org/10.24198/share.v13i1.46851>

Wulandari, P. D., & Lestari, M. D. (2018). Pengaruh Penerimaan Diri Pada Kondisi

Pensiun Dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun  
Pada Pegawai Negeri Sipil Di Kabupaten Bandung. *Jurnal Psikologi Udayana*,  
5(2), 87–99.

<https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/40403/24554>

Yeung, D. Y., Chong, S. O. K., & Sciences, B. (2019). Pre-retirees ' Preparation for

Retirement. *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*.

[https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2\\_735-1](https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2_735-1)

Yeung, D. Y., & Zhou, X. (2017). Planning for retirement: Longitudinal effect on

retirement resources and post-retirement well-being. *Frontiers in Psychology*,

8(JUL). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01300>

Yuliani, F., & Mail, E. (2019). Menu Sehat untuk Lansia di Dusun Tambak Rejo

Kecamatan Mojoanyar. *Prosiding Seminar Nasional*, 3, 62–67.

<http://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/PSN/article/view/338>

Yusuf, M. J. (2023). Purnabakti dalam Perspektif Konseling Islam. *Jurnal At-Taujih*

*Bimbingan Dan Konseling Islam*, 6(1), 96–108.

<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22373/taujih.v6i1.18743>