

**EFEKTIVITAS BERMAIN TERHADAP STRES HOSPITALISASI
PADA ANAK PRA SEKOLAH YANG SEDANG DIRAWAT DI RRI
ANAK RSUD Dr. IBNU SUTOWO BATURAJA
TAHUN 2012**

**Lisdahayati
Dosen Prodi keperawatan Baturaja Poltekkes Kemenkes Palembang**

ABSTRAK

*Bermain adalah aktivitas yang dapat dilakukan anak sebagai upaya stimulasi pertumbuhan dan perkembangannya dan bermain pada anak di rumah sakit menjadi media bagi anak untuk mengekspresikan perasaan, relaksasi dan distraksi perasaan yang tidak nyaman. Stress dapat didefinisikan sebagai respon adaptif dipengaruhi oleh karakteristik individual atau proses psikologis yaitu akibat dari tindakan, situasi atau kejadian eksternal yang menyebabkan tuntutan fisik atau psikologis terhadap seseorang. Hospitalisasi merupakan suatu proses yang karena suatu alasan yang berencana atau darurat, mengharuskan anak untuk tinggal dirumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangnya kembali ke rumah. **Tujuan penelitian** mengetahui pengaruh aktivitas bermain dan tanpa aktivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah di RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja Tahun 2012. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode penelitian quasi eksperimen design. Populasi penelitian ini adalah semua jumlah anak pra sekolah yang di rawat di RRI Anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja. Sampel yang diambil berjumlah 91 responden yang terdiri dari 30 kelompok eksperimen dan 61 kelompok control. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Maret-Juli 2012. Variabel yang diteliti yaitu aktivitas bermain sebagai variabel Independen dan stress hospitalisasi sebagai variabel dependen. **Hasil penelitian:** Berdasarkan uji statistic dengan uji T Independen didapatkan nilai p value=0,038 ($p < \alpha$ 0,05), berarti ada pengaruh yang bermakna antara efektifitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah. **Kesimpulan dan Saran:** ada pengaruh yang bermakna antara aktifitas bermain dengan tingkat stress anak selama dihospitalisasikan. Sehingga bagi semua perawat agar dapat memberikan aktivitas bermain kepada anak selama dilakukan tindakan keperawatan untuk mengurangi tingkat stress selama dihospitalisasikan.*

Key Point: Bermain, stress hospitalisasi, anak prasekolah

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Anak adalah individu yang mempunyai eksistensi yang mewakili jiwa sendiri, serta mempunyai hak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai dengan iramanya masing-masing yang khas. Mereka adalah individu yang utuh, yang bukan sekedar miniatur dari orang dewasa. Mereka hidup dalam dunianya yang indah, yaitu dunia bermain. (Wahyudi, 2003).

Hospitalisasi adalah suatu proses karena suatu alasan darurat atau berencana mengharuskan anak untuk tinggal dirumah sakit menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangan kembali kerumah. Selama proses tersebut, anak dan orang tua dapat mengalami berbagai kejadian yang menurut beberapa penelitian ditunjukkan dengan pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan stres. Beberapa bukti ilmiah menunjukkan bahwa lingkungan rumah sakit merupakan penyebab stress bagi anak, baik lingkungan fisik rumah sakit seperti bangunan/ruang rawat, alat-alat, bau yang khas, pakaian putih petugas kesehatan maupun lingkungan sosial, seperti sesama pasien anak, ataupun interaksi dan sikap

petugas kesehatan itu sendiri. Perasaan seperti takut, cemas, tegang, nyeri, dan perasaan yang tidak menyenangkan lainnya, dialami anak. Perawat memegang posisi kunci membantu orang tua menghadapi permasalahan yang berkaitan dengan perawatan anaknya dirumah sakit karena perawat berada disamping pasien selama 24 jam. (Supartini, 2004).

Sakit dan hospitalisasi menimbulkan krisis pada kehidupan anak dirumah sakit, anak harus menghadapi lingkungan yang asing, pemberi asuhan yang tidak dikenal, dan gangguan terhadap gaya hidup mereka. Sering kali anak harus menghadapi prosedur yang menimbulkan nyeri, kehilangan kemandirian, dan berbagai hal yang tidak diketahui. (Wong, 2003).

Chambell dan Glaser (1995) bermain pada anak sama dengan bekerja pada orang dewasa, dan merupakan salah satu cara yang efektif untuk menurunkan stres pada anak, dan juga penting untuk kesejahteraan mental dan emosional anak. Bermain diyakini mampu untuk menghilangkan berbagai batasan, hambatan dalam diri, stres dan frustrasi. Bermain memiliki efek healing

(penyembuhan) dengan adanya sifat katarsis dan kompensasi, menjadikan aktifitas bermain kini berkembang menjadi metoda terapi. Terapi bermain telah digunakan secara luas di Eropa dan Amerika dan 10 tahun terakhir ini mulai dikembangkan di Indonesia. (Fitri, 2008).

Anak usia 3-6 tahun (anak pra sekolah) merupakan anak yang berada diantara tahap sensoris motoris dan pra operasional, dimana anak mulai mengembangkan sebab-akibat, dan menginterpretasi benda atau kejadian. Anak pra sekolah berasumsi bahwa orang lain berpikir seperti mereka sehingga perlu menggali pengertian mereka dengan pendekatan yang baik. Anak yang dirawat dirumah sakit akan merasa tidak aman dan nyaman, tidak mengerti mengapa harus dirawat berpisah dengan orang-orang terdekat, oleh karena itu, rumah sakit berfungsi untuk melengkapi suatu lingkungan dimana anak-anak yang sakit dapat dibantu. (Supartini, 2004).

Hasil wawancara dari salah satu perawat yang ada di RRI Anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja, Belum pernah ada aktivitas bermain yang diberikan perawat pada anak yang dihospitalisasikan. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang efektivitas bermain terhadap stres hospitalisasi pada anak pra sekolah yang sedang dirawat di RRI Anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012. (Dokumentasi Wawancara perawat di RRI Anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja, 2012).

Rumusan masalah

Belum diketahuinya efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah yang sedang dirawat di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.

Tujuan penelitian

1. Tujuan umum
Diketahuinya efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah yang sedang dirawat di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.
2. Tujuan khusus
 - a. Diketahuinya rata-rata tingkat stres pada anak sebelum mendapat aktivitas bermain dan setelah mendapat latihan bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.
 - b. Diketahuinya rata-rata tingkat stres pada anak yang tidak mendapat latihan bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.
 - c. Diketahuinya Efektivitas latihan bermain pada tingkat stres anak yang mendapat dan tidak mendapat latihan bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.

Manfaat penelitian

1. Hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan dan analisa peneliti tentang cara mengatasi stress yang dihadapi oleh anak pra sekolah usia 3 – 6 tahun selama hospitalisasi.
2. Bagi Tenaga Kesehatan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada petugas kesehatan sehingga dapat meningkatkan kemampuan yang dimilikinya untuk mengatasi tingkat stres pada anak pra sekolah 3 tahun - 6 tahun selama hospitalisasi.

METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperimental design* (eksperimen semu) yaitu penelitian ini dilakukan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana kelompok eksperimen menerima perlakuan (x) yang diikuti dengan pengukuran kedua observasi. Hasil observasi eksperimen dibandingkan dengan hasil observasi kontrol yang tidak menerima perlakuan. (Notoatmodjo, 2010).

2. **Waktu dan Tempat Penelitian** Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret – Mei 2012. Lokasi penelitian diruang rawat inap anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.

3. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak yang dihospitalisasikan yang berjumlah 91 anak yang berada di ruang rawat inap anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.

Sampel Penelitian

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik Non probabilitas Sampling, dengan cara *accidental sampling*, dimana responden didapatkan dengan mendatangi rumah sakit sesuai dengan data yang ditemui peneliti secara kebetulan yang ada di RRI Anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja Tahun 2012.

Kriteria sampel

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian mewakili sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel yaitu:

- 1) Anak usia pra sekolah 3 – 6 tahun yang dirawat minimal 2 hari
- 2) Sebanyak 30 responden kelompok eksperimen
- 3) Sebanyak 61 responden kelompok kontrol
- 4) Ruang rawat yang ada di RRI keperawatan anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja.

a. Kriteria eksklusi

- 1) Rumah sakit yang tidak ada RRI keperawatan anak
- 2) Penyakit anak yang kronis/berat
- 3) Usia anak 7 – 12 tahun
- 4) Anak pra sekolah yang tidak dihospitalisasikan
- 5) Anak yang dirawat kurang dari 2 hari

Teknik dan instrument penelitian

1. Teknik Penelitian

Menemukan responden dengan cara meminta data registrasi anak pra sekolah yang berkunjung di RSUD Dr.Ibnu Sutowo Baturaja dengan cara *accidental sampling* dimana responden didapatkan dengan mendatangi rumah sakit sesuai dengan data yang ditemui peneliti secara kebetulan yang ada di RRI anak.

2. Instrumen Penelitian

Untuk variabel terhadap stres hospitalisasi menggunakan checklist yang digunakan sebelum implementasi keperawatan dan setelah implementasi keperawatan baik terhadap kelompok kasus dan kelompok kontrol. Implementasi untuk aktivitas bermain menggunakan panduan format

pengkajian pada anak pra sekolah selama dirawat di rumah sakit.

G. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisa ini dilakukan untuk menilai dari rata-rata mean terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah sebelum dan sesudah dilakukan aktivitas bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.

b. Analisis Bivariat

Analisa bivariat ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat perbedaan efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak usia pra sekolah. Untuk menguji hubungan variabel independent dan variabel dependan dengan uji statistic yang digunakan adalah uji t independen yang nilai $p \text{ value} \leq 0,05$ pada tingkat kepercayaan 95%. Artinya apabila hasil uji statistik dengan $p \text{ value} \leq 0,05$ ada perbedaan yang berarti antara variabel yang di uji sebaliknya apabila $p \text{ value} > 0,05$ tidak ada perbedaan yang bermakna antara kedua variabel penelitian. (Arikunto, 2002).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

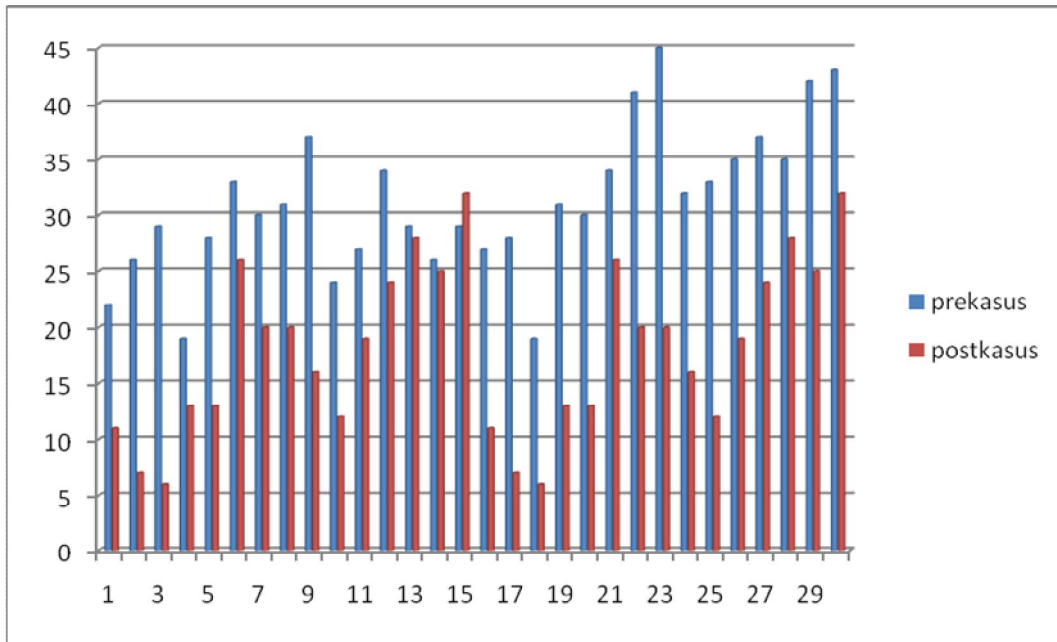
Tabel 1.

Rata-rata tingkat stres pada anak sebelum mendapat aktifitas bermain dan setelah mendapat aktifitas bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja Tahun 2012.

Variabel	Mean	Std. deviasi	Minimum	Maximum	Jumlah
Pre aktivitas bermain	31,20	6,493	19	45	30
Post aktivitas bermain	18,13	7,691	6	32	30

Grafik 1

Rata-rata tingkat stres pada anak sebelum mendapat aktifitas bermain dan setelah mendapat aktifitas bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.



Dari tabel dan grafik di atas terlihat tingkat stres pada anak sebelum mendapat aktifitas bermain dengan mean (31,20), standar deviasi (6,493), minimum 19 maximum 45, sedangkan rata-rata tingkat stres pada anak setelah mendapat aktifitas bermain dengan nilai mean (18,13), standar deviasi (7,691), maximum 32 dan minimum 6.

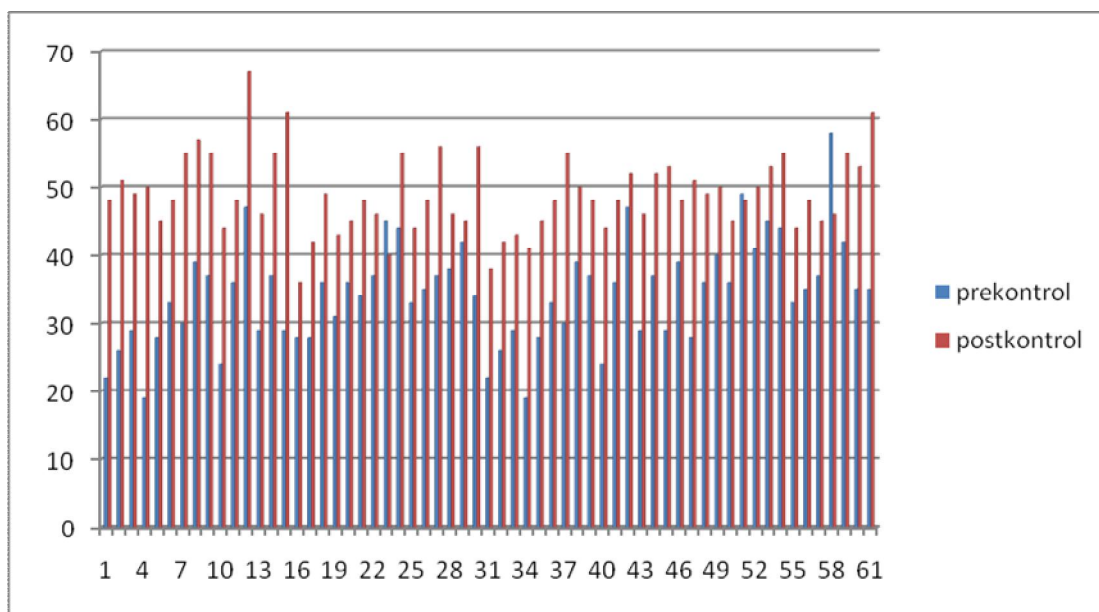
Tabel 2.

Rata-rata tingkat stres pada anak sebelum dan sesudah tanpa diberi aktifitas bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.

Variabel	Mean	Sd. deviasi	Minimum	Maximum	Jumlah
Pre kontrol	33,34	7,705	19	36	61
Post kontrol	48,92	5,716	58	67	61

Grafik 2

Rata-rata tingkat stres pada anak sebelum dan sesudah tanpa diberi aktifitas bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.



Dari tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa rata-rata tingkat stres pada anak sebelum tanpa diberi aktifitas bermain dengan mean (33,34), standar deviasi (7,705), minimum 19 maximum 36, sedangkan

rata-rata tingkat stres pada anak sesudah tanpa diberi aktifitas bermain dengan nilai mean (48,92), standar deviasi (5,716), nilai minimum 58 dan maximum 67.

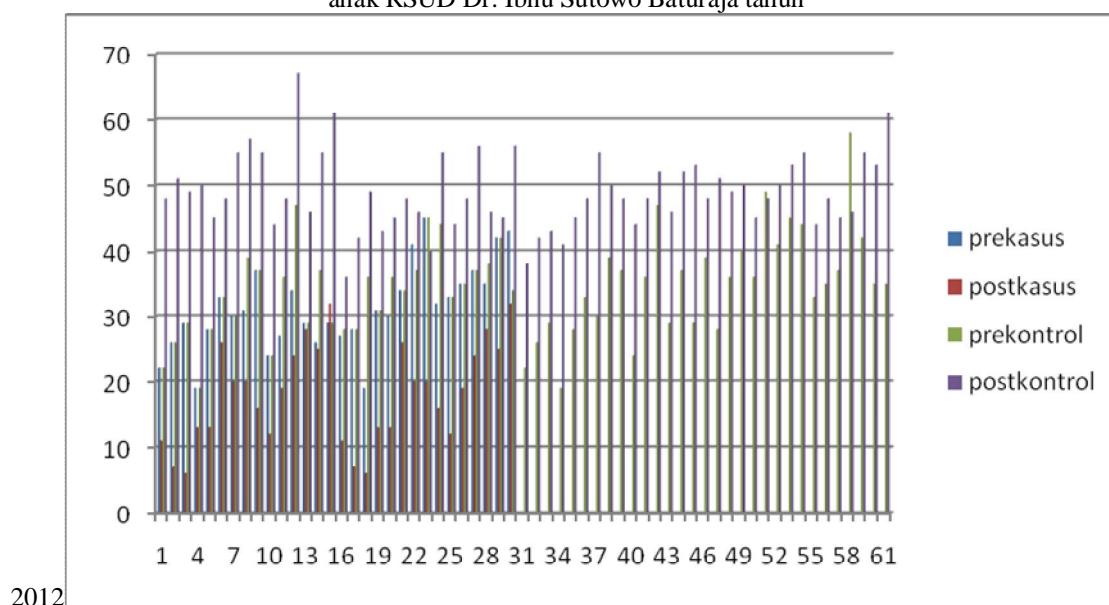
Tabel .3

Rata-rata tingkat stres pada anak yang diberi aktifitas bermain dan yang tidak diberi aktifitas bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun 2012.

Variabel	Mean	SD	SE	p value	Jumlah	Keterangan
Post tindakan - Diberi aktifitas bermain	18,13	7,691	1,404	0,038	30	ada perbedaan yang bermakna
- Tanpa aktifitas bermain	48,92	5,716	0,732		61	

Grafik 3

Rata-rata tingkat stres pada anak yang diberi aktifitas bermain dan yang tidak diberi aktifitas bermain di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja tahun



Dari tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa mean tingkat stres kelompok anak yang diberi aktifitas bermain sebesar 18,13 dengan standar deviasi 7,691, sedangkan pada kelompok anak yang tidak diberi aktifitas bermain diketahui mean tingkat stres sebesar 48,92 dengan standar deviasi 5,716. Pada standar error ada perbedaan (1,404 dan 0,732). Hasil uji statistik dengan uji t Independen didapatkan nilai p value=0,038 ($p < \alpha$ 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang bermakna antara aktifitas bermain dan tanpa aktifitas bermain dengan tingkat stres anak selama dihospitalisasikan.

PEMBAHASAN

Efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah. Pada hasil penelitian diketahui bahwa dari 91 pasien anak pra sekolah terdapat 30 pasien anak pra sekolah yang merupakan kelompok yang diberi aktifitas bermain mengalami perubahan tingkat stres ke arah yang lebih ringan setelah diberi aktifitas bermain. Dari hasil uji statistik didapatkan nilai $p < 0,05$ ($pvalue$ 0,038). Hal ini menunjukkan ada pengaruh yang bermakna antara efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak

pra sekolah yang sedang dirawat di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji t Independent, dimana peneliti ingin melihat apakah ada pengaruh yang bermakna antara efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah yang sedang dirawat di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja. Ternyata setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji t Independent, ada pengaruh yang bermakna antara efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah.

Hospitalisasi merupakan suatu proses yang karena suatu alasan yang berencana atau darurat, mengharuskan anak untuk tinggal dirumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangnya kembali ke rumah. Anak usia pra sekolah adalah anak yang berusia antara 3-6 tahun. Bagi anak usia pra sekolah, sakit adalah sesuatu yang menakutkan. Selain itu, perawatan di rumah sakit dapat menimbulkan cemas karena anak merasa kehilangan lingkungan yang dirasakannya aman, penuh kasih sayang dan menyenangkan. Anak juga harus meninggalkan lingkungan rumah yang dikenalnya, permainan dan teman sepermainannya. (Supartini, 2004).

Selama waktu sakit, anak usia prasekola mungkin kembali ngompol, atau menghisap ibu jari dan menginginkan orang tua mereka untuk menyuapi, memakaikan pakaian dan memeluk mereka. Selain itu juga anak takut pada bagian tubuh yang disakiti dan nyeri. (Potter, 2005).

Sistem pendukung yang mempengaruhi reaksi anak selama masa perawatan termasuk didalamnya adalah keluarga dan pola asuh yang didapat anak didalam keluarganya. Keluarga yang kurang mendapat informasi tentang kondisi kesehatan anak dirawat di rumah sakit menjadi terlalu khawatir atau stress akan menyebabkan anak menjadi semakin stress dan takut. Selain itu, pola asuh keluarga yang terlalu *protektif* dan selalu memanjakan anak juga dapat mempengaruhi reaksi takut dan cemas dirawat di rumah sakit. Berbeda dengan keluarga yang suka memandirikan anak untuk aktivitas sehari-hari anak akan lebih kooperatif bila dirumah sakit. Selain itu, keterampilan koping dalam menangani stress sangat penting bagi proses adaptasi anak selama masa perawatan. Apabila mekanisme koping anak baik dalam menerima kondisinya yang mengharuskan dia dirawat di rumah sakit, anak akan lebih kooperatif selama menjalani perawatan di rumah sakit. (Rahmawati, 2009).

Bermain merupakan dimana anak dapat melakukan, mempraktikkan keterampilan, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa. (Alimul, 2005).

Fungsi bermain antara lain memperbaiki keterampilan motorik kasar dan halus serta koordinasi, meningkatkan perkembangan semua indera, mendorong eksplorasi pada sifat dunia, memberikan pelampiasan kelebihan energi, perkembangan intelektual memberikan sumber-sumber yang beraneka ragam untuk pembelajaran, eksplorasi dan manipulasi bentuk, ukuran, tekstur dan warna, pengalaman dengan angka, hubungan yang renggang, konsep abstrak, kesempatan untuk mempraktekkan dan memperluas keterampilan berbahasa, memberikan kesempatan untuk melatih pengalaman masa lalu dalam upaya

mengasimilasinya kedalam persepsi dan hubungan baru, membantu anak memahami dunia dimana mereka hidup dan membedakan antara fantasi dan realita. (Wong, 2003).

Ada empat tujuan dari terapi bermain antara lain: 1) Untuk melanjutkan pertumbuhan dan perkembangan yang normal pada saat sakit anak mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangannya, walaupun demikian selama anak di rawat di rumah sakit, kegiatan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan masih harus tetap dilanjutkan untuk menjaga keseimbangannya. 2) Mengekspresikan perasaan, keinginan dan fantasi, serta ide-idenya pada anak sakit dan dirawat di rumah sakit anak mengalami berbagai perasaan yang sangat tidak menyenangkan. Pada anak yang belum dapat mengekspresikannya secara verbal, permainan adalah media yang sangat efektif untuk mengekspresikannya. 3) Mengembangkan kreativitas dan kemampuan memecahkan masalah, permainan akan menstimulasi daya pikir, imajinasi dan fantasinya untuk menciptakan sesuatu seperti yang ada dalam pikirannya. 4) Dapat beradaptasi secara efektif terhadap stress karena sakit dan di rawat di rumah sakit (Supartini, 2004).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil penelitian tentang efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah yang sedang dirawat di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja Tahun 2012, dapat disimpulkan sebagai berikut: Ada pengaruh antara efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah yang sedang dirawat di RRI anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja pada tahun 2012. Dimana pada kelompok kasus yang diberi aktivitas bermain mengalami penurunan tingkat stres dari sebelum dan setelah diberi aktivitas bermain dengan nilai *p value* 0,038, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang juga mengalami perubahan atau peningkatan tingkat stres dari awal pengamatan dan akhir pengamatan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti menyarankan:

1. Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi perawat dalam mengatasi stress hospitalisasi pada anak prasekolah dengan memberikan alat permainan kepada anak saat dilakukan tindakan keperawatan untuk mengurangi tingkat stress pada anak selama dihospitalisasikan.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman untuk melakukan penelitian

sejenis khususnya pada tingkat stress anak prasekolah yang di hospitalisasikan dan dapat menjadi masukan dalam ilmu pengetahuan anak serta informasi bahan pengayaan teori penelitian lebih lanjut tentang efektivitas bermain terhadap stress hospitalisasi pada anak pra sekolah bagi pasien anak Pra sekolah.

3. Bagi Orang Tua
Untuk Orang Tua yang memiliki anak pra sekolah yang dihospitalisasikan agar lebih meningkatkan pengetahuan tentang stress dan cara mengurangi stres yang dihadapi anak sehingga dapat meminimalkan stres ketika dilakukan tindakan keperawatan.
4. Bagi Peneliti lain
Menambah variable lain untuk meneliti lebih lanjut tentang cara mengatasi stress yang dihadapi oleh anak pra sekolah (3–6 tahun) selama hospitalisasi

DAFTAR PUSTAKA

- Andhika rahmawati, 2009.
http://digilib.unimus.ac.id/files/dis1/122/jtpt_unimus-gdl-ibnusutomo-6065-2-babii.pdf
diakses tanggal 16 february 2012 pukul 14.20 WIB.
- Arikunto, 2002
Prosedur penelitian. Jakarta : renika cipta
- Aziz Alimul, 2005.
Pengantar ilmu keperawatan anak 1. Jakarta: Salemba Medika
- Aziz Alimul, 2006.
Kebutuhan Dasar Manusia. Edisi 1. Jakarta: Salemba Medika
- Chambbell dan Glaser, 1995
<http://www.klik-auladi.com> diakses tanggal 16 Februari 2012 pukul 14.20 WIB.
- Dokumentasi Wawancara Dendan Perawat di RRI Anak RSUD Dr. Ibnu Sutowo Baturaja, 2012.
- Fitri A. Abidin, 2008.
<http://www.klik-auladi.com> diakses tanggal 16 Februari 2012 pukul 14.20 WIB.
- Hastono, 2001
Modul Analisa Data. Fakultas kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Notoatmodjo soekidjo, 2010.
Metodologi Penelitian Kesehatan. Edisi revisi 1. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo soekidjo, 2007.
Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Renika Cipta
- Potter, 2005
<http://www.library.upnvj.ac.id/pdf/s1keperawatan-09/207314028/bab1.pdf>, diakses tanggal 16 february 2012 pukul 14.30 WIB.
- Rahmawati, 2009
http://resources.unpad.ac.id/unpad-content/uploads/publikasi_dosen/tinjauan%20tentang%20STRES.pdf, diakses tanggal 16 Februari 2012 pukul 14.20 WIB
- Supartini, 2004
<http://reyzhawena-ners.com/2011/03/konsep-stres-adaptasi.html>, diakses tanggal 16 Februari 2012: 14.00 WIB.
- Sunaryo, 2005.
Psikologi untuk keperawatan. Jakarta: EGC
- Wahyudi, 2003.
<http://www.Anak.com> diakses tanggal 16 Februari 2012 pukul 14.20 WIB.
- Wong, 2003
http://resources.unpad.ac.id/unpad-content/uploads/publikasi_dosen/tinjauan%20tentang%20STRES.pdf, diakses tanggal 16 Februari 2012 pukul 14.20 WIB.