

**GAMBARAN STRATEGI KOPING STRES REMAJA
DENGAN TIPE KEPERIBADIAN EKSTROVERT
DAN INTROVERT DI MADRASAH ALIYAH
NEGERI II YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh

ANNISA FARIKHA SANDHI

0502R00254

PROGRAM PENDIDIKAN NERS-PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH

YOGYAKARTA

2009

**GAMBARAN STRATEGI KOPING STRES REMAJA DENGAN
TIPE KEPERIBADIAN EKSTROVERT DAN INTROVERT
DI MADRASAH ALIYAH NEGERI II
YOGYAKARTA
2009**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan
Di STIKes 'Aisyiyah Yogyakarta



Disusun oleh :
ANNISA FARIKHA SANDHI
0502R00254

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal Agustus 2009

Pembimbing

Suryani S.Kep.,Ners

**THE STRATEGY OF STRESS COPING ON TEENAGERS WITH
EXTROVERT AND INTROVERT PERSONALITY
IN MADRASAH ALIYAH NEGERI II
YOGYAKARTA 2009 ¹**

Annisa Farikha Sandhi ² Suryani ³

ABSTRACT

Stress can affect not only psychological and social life but also various diseases ranging from influenza to cancer. Therefore, stress must be handled well in order to avoid unnecessary effects. Adjusting to stress or someone's responding to stress is called coping. Every person has different reaction toward stress. One thing influencing the type of coping choice is personality type. In expressing emotion, either positive or negative, extrovert people differ from introvert people. The research aimed to find out the description of coping strategy of stress on teenagers with extrovert and introvert personality. The study used qualitative design using phenomenology approach. The data which was conducted in May was collected using in-depth interview and Focus Group Discussion (FGD). The finding shows that the stressor on extrovert and introvert teenagers is come from external stressor that is angered by parents, boyfriend/girlfriend problems, avoided by friends, bad school grades, and internal stressor that is run out of pocket money. The coping strategy of stress on extrovert and introvert teenagers is short-term coping that is forgetting, hanging around, sleeping, watching TV, listening to music, smooking, and long-term coping that is learning and chatting. Based on this study, it is suggested to have further research on the effectiveness of coping strategy done by extrovert and introvert teenagers.

Keywords : coping strategy, extrovert and introvert type of personality

References : 26 books (1993 – 2008), 3 theses, 1 internet

Pages : xiv pages, 50 pages, 3 tables, 1 picture

¹ Title

² Student of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Consultant, a lecturer of stikes 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Masalah gangguan jiwa akan terus meningkat di era globalisasi seiring dengan tuntutan hidup yang tidak diimbangi dengan peningkatan kemampuan manusia. Menurut data WHO saat ini ada 450 juta orang di dunia yang mengalami gangguan jiwa. Di Indonesia saja didapatkan 1 dari 4 warganya mengalami masalah kejiwaan mulai dari stres hingga skizofrenia. RS Sardjito dan RS Grhasia di Yogyakarta yang menangani masalah kesehatan jiwa melaporkan bahwa sejak tahun 2002 klien dengan gangguan jiwa terus bertambah mulai dari masyarakat kelas bawah hingga kelas atas. Rata-rata klien tersebut datang ke RS karena tidak mampu mengelola stres sehingga semakin menambah buruk kondisi kejiwaannya (Yosep, 2007).

Stres didefinisikan sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia (*National Safety Council*, 2004).

Kondisi psikososial mempengaruhi kondisi fisik seseorang. Stres merupakan salah satu gangguan jiwa yang apabila berlangsung lama dan tidak tertangani dengan baik maka akan menimbulkan gangguan fungsi berbagai organ tubuh dan akhirnya mencetuskan penyakit (Siswanto, 2007). Penyakit yang dapat

timbul akibat stres mulai dari flu hingga penyakit mematikan seperti kanker (*National Safety Council*, 2004).

Peran serta pemerintah dalam kesehatan jiwa telah dijelaskan pada UU No. 23 Th. 1992 yaitu pasal 24 yang berbunyi Pemerintah membangkitkan, membantu dan membina kegiatan masyarakat dalam pencegahan dan penanggulangan masalah psikososial dan gangguan jiwa, pengobatan dan perawatan penderita gangguan jiwa, pemulihan serta penyaluran bekas penderita dalam masyarakat. Agar masyarakat mengingat pentingnya kesehatan jiwa, pemerintah pun menetapkan tanggal 9 November sebagai Hari Kesehatan Jiwa Nasional. Melihat kenyataan bahwa penderita gangguan jiwa akan terus bertambah, pemerintah mengubah konsep pelayanan penderita gangguan jiwa dari berbasis RS ke berbasis masyarakat (www.majalah.tempointeraktif.com).

Layanan pemeliharaan kesehatan jiwa berbasis masyarakat ini salah satunya adalah Bimbingan Konseling yang terdapat di institusi sekolah. Konseling terutama disediakan bagi para siswa yang menghadapi masalah sosial pribadi seperti frustrasi, tekanan perasaan, kesulitan dalam hubungan sosial dan penyesuaian diri (Sukmadinata, 2003).

Karena stres berpotensi menimbulkan berbagai gangguan pada organ tubuh maka stres harus ditangani dengan baik. Penyesuaian diri terhadap stres atau reaksi seseorang ketika menghadapi stres disebut sebagai koping. Bila seseorang mampu menggunakan cara-cara penyesuaian diri yang sehat maka dia akan dapat menangani stres (Siswanto, 2007). Setiap orang mempunyai cara yang berbeda-beda dalam bereaksi terhadap stres.

Salah satu hal yang mempengaruhi koping ketika stres adalah tipe kepribadian seseorang (Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia, 1999). Kepribadian yang terintegrasi dengan baik dapat mengkompensasikan gangguan – gangguan fisiologis dan psikis dengan perilaku adaptif. Namun bagi mereka yang tidak adaptif dapat menyebabkan munculnya stres berkepanjangan (Suryabrata, 2002). Dalam mengungkapkan emosi, baik emosi positif maupun negatif, orang berkepribadian ekstrovert dengan introvert mempunyai cara yang berbeda satu sama lainnya (Hariwijaya, 2005).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Lokasi penelitian berada di Madrasah Aliyah

Negeri II Yogyakarta dengan sampel partisipan ekstrovert dan introvert masing – masing berjumlah 11 orang yang diambil menggunakan metode *non-probability sampling* dengan *snowball sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam (*in depth interview*) dan *Focus Group Discussion* (FGD).

Wawancara dilakukan selama 15 menit untuk masing – masing partisipan yang berjumlah 10 orang menggunakan pedoman wawancara yang telah dibuat dan *tape recorder*. Partisipan pada *Focus Group Discussion* (FGD) berbeda dengan partisipan pada wawancara. FGD dilakukan dua kali selama dua hari yaitu untuk kelompok partisipan ekstrovert yang berjumlah 6 orang dan kelompok introvert yang juga berjumlah 6 orang. FGD dilakukan selama 30 menit untuk tiap kelompok dengan menggunakan *tape recorder*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Umum Madrasah Aliyah Negeri II Yogyakarta

Madrasah Aliyah Negeri II Yogyakarta terletak di Jalan Kyai Haji Ahmad Dahlan nomor 130 Kelurahan Ngampilan Kecamatan Ngampilan Yogyakarta. Awal

berdirinya di tahun 1950 lembaga pendidikan ini bernama Sekolah Guru Agama Islam Puteri (SGAIP) dan terletak di Jalan Malioboro (sekarang Hotel Mutiara Jl.Ahmad Yani). Sejak tahun 1978 SGAIP ini berubah menjadi Madrasah Aliyah Negeri II dan menerima tidak hanya siswa puteri tetapi juga siswa putera.

Sampai dengan periode tahun ajaran 2008 – 2009 lembaga pendidikan yang bernaung langsung dibawah Departemen Agama Republik Indonesia ini mempunyai jumlah siswa sebanyak 585 siswa. Selain kegiatan belajar mengajar di kelas, pihak madrasah juga menyediakan beberapa kegiatan ekstrakurikuler untuk membantu mengasah keterampilan dan perkembangan peserta didiknya seperti pecinta alam, Karya Ilmiah Remaja (KIR), Palang Merah Remaja (PMR), dan kegiatan olah raga lainnya.

2. Karakteristik Partisipan

Partisipan yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah para siswa Madrasah Aliyah Negeri II Yogyakarta dengan jumlah keseluruhan 22 orang. Partisipan terbagi menjadi dua kelompok besar yaitu 10 siswa untuk wawancara dengan kode P₁, P₂, P₃, P₄, P₅, P_a, P_b, P_c, P_d, P_e dan 12 siswa untuk Focus Group Discussion (FGD)

dengan kode P₆, P₇, P₈, P₉, P₁₀, P₁₁, P_f, P_g, P_h, P_i, P_j, P_k. Adapun kode P₁ sampai P₁₁ untuk kelompok partisipan dengan kepribadian ekstrovert dan kode P_a sampai P_k untuk kelompok partisipan dengan kepribadian introvert.

Lebih lanjut karakteristik partisipan tersebut akan dijabarkan melalui tabel distribusi frekuensi untuk memudahkan pembaca memahami karakteristik partisipan dalam penelitian ini.

Tabel I. Karakteristik Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	%
15 tahun	4	18
16 tahun	6	27
17 tahun	11	50
18 tahun	1	5
Jumlah	22	100

Berdasarkan usianya partisipan penelitian terbanyak adalah berusia 17 tahun yaitu berjumlah 11 orang atau 50 %. Partisipan berusia 16 tahun sejumlah 6 orang atau 27 %, partisipan berusia 15 tahun berjumlah 4 orang atau 18 %, dan partisipan berusia 18 tahun berjumlah 1 orang atau 5 %.

Tabel II. Karakteristik Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	%
Laki – laki	15	68
Perempuan	7	32
Jumlah	22	100

Berdasarkan jenis kelaminnya partisipan penelitian terbanyak adalah laki – laki yaitu berjumlah 15 orang atau 68 % sedangkan partisipan perempuan berjumlah 7 orang atau 32 %.

Tabel III. Karakteristik Partisipan Berdasarkan Tipe Kepribadian

Tipe Kepribadian	Frekuensi	%
Ekstrovert	11	50
Introvert	11	50
Jumlah	22	100

Berdasarkan tipe kepribadiannya partisipan penelitian dengan kepribadian ekstrovert berjumlah 11 orang atau 50 % dan partisipan dengan kepribadian introvert berjumlah 11 orang pula atau 50 %.

3. Analisa Tema

- a. Tujuan pertama : Diketuinya hal – hal yang menjadi penyebab stres pada remaja berkepribadian ekstrovert dan introvert.

Hal – hal yang menjadi penyebab stres pada remaja berkepribadian ekstrovert dan introvert ditemukan ada dua tema yaitu stresor eksternal dan stresor internal. Masing – masing tema tersebut akan diuraikan sebagai berikut:

1) Tema 1 : Stresor Eksternal

Tema ini dibentuk dari satu kategori yaitu masalah dengan lingkungan (keluarga, teman, sekolah). Stresor eksternal yang dialami sebagian besar partisipan adalah dimarahi orang tua, bermasalah dengan pacar, dijauhi teman, dan nilai pelajaran jelek seperti diungkapkan partisipan berikut :

(P₄) “ *misalnya dijauhin sama temen* ”

(P₈) “ *...permasalahan sama ceweknya...* ”

(P_a) “ *yang mengenai masalah keluarga* ”

(P_g) “ *pelajarannya gak bisa masuk – masuk, dibolan – baleni gak paham – paham.* ”

2) Tema 2 : Stresor Internal

Tema ini dibentuk dari satu kategori yaitu masalah keuangan. Stresor internal yang dialami sebagian kecil partisipan adalah uang saku habis seperti yang diungkapkan partisipan berikut :

(P₇) “ *kalo kehabisan duit paling mbak...* ”

(P_h) “ *kirimannya (uang bulanan) telat, kiriman dari orang tua* “

- b. Tujuan kedua : Diketuainya strategi koping stres pada remaja berkepribadian ekstrovert dan introvert.

Strategi koping stres remaja berkepribadian ekstrovert dan introvert ditemukan ada dua tema yaitu koping jangka pendek dan koping jangka panjang. Masing – masing tema tersebut akan diuraikan sebagai berikut :

3) Tema 3 : Koping Jangka Pendek

Tema ini dibentuk dari satu kategori yaitu pengalihan. Koping jangka pendek yang dilakukan oleh separuh partisipan adalah dilupakan, merokok, main, tidur, mendengarkan musik, dan menonton TV seperti yang diungkapkan partisipan berikut :

(P₆) “ *ngrokok, maen PS, ndengerin musik ...* “

(P_e) “ *maen sama nonton TV* “

(P_g) “ *...kalo ada masalah tidur lagi, lama – lama ilang.*”

4) Tema 4 : Koping Jangka Panjang

Tema ini dibentuk dari dua kategori yaitu persiapan diri dan kompromi. Koping jangka panjang yang dilakukan oleh separuh partisipan adalah berlatih dan belajar terus menerus serta mengobrol seperti yang diungkapkan partisipan berikut :

(P₂) “ *latihan soal – soal di pelajaran yang nilaiku jelek itu biar kebiasaan nggarap. Belajar teruslah* “

(P_f) “ *berbagi sama temen – temen. Cerita – cerita sapa tahu ada yang punya solusi lebih bagus...*”

4. Pembahasan

- a. Tujuan pertama : Diketuainya hal – hal yang menjadi penyebab stres pada remaja berkepribadian ekstrovert dan introvert

1) Stresor Eksternal

Partisipan mengungkapkan stresor yang berasal dari lingkungan di sekitarnya yaitu dimarahi orang tua, bermasalah dengan pacar, dijauhi teman, dan kesusahan dalam

pelajaran sehingga mendapat nilai jelek. Hidayat (2006) menjelaskan bahwa stresor yang berasal dari keluarga, masyarakat, dan lingkungan seperti yang dialami oleh partisipan merupakan stresor eksternal.

Keluarga merupakan lingkup sosial pertama dalam dunia seorang anak. Seorang anak akan menjalani masa remajanya tanpa kecemasan apabila terjadi hubungan dan pola asuh orang tua yang baik. Pola asuh orang tua memang sangat besar pengaruhnya bagi remaja seperti contohnya orang tua yang menerapkan pola asuh yang disiplin dan kaku akan membuat anak remajanya frustrasi dan kesulitan dalam menjalankan tugas perkembangannya sebagai remaja (Soetjiningsih, 2004).

Transisi atau perubahan dalam kehidupan sosial remaja salah satunya adalah lingkungan teman sebaya yang mulai memegang peranan penting dibanding keluarga. Pengakuan dan penerimaan oleh teman sebaya merupakan kebutuhan mutlak bagi

remaja. Remaja yang mempunyai masalah dengan teman sebaya akan mengalami gejala stres seperti kesepian dan menjadi rendah diri. Pacaran yang dilakukan remaja juga berpotensi menimbulkan banyak konflik sehingga membuat stres antar pasangan. Hal ini salah satunya disebabkan karena keterlibatan emosi pada hubungan pacaran biasanya lebih mendalam dibanding pertemanan atau persahabatan (Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia, 1999).

Kesulitan dalam belajar dan buruknya prestasi akademik merupakan masalah yang kerap membuat stres dan frustrasi para remaja terutama yang berada di daerah perkotaan (Monks et al, 2002). Keberhasilan dalam pendidikan merupakan salah satu tujuan utama pada masa remaja. Salah satu tugas perkembangan remaja adalah mempersiapkan diri untuk suatu pekerjaan yang layak dan remaja telah memahami bahwa dengan pendidikan yang baik akan memudahkan mereka dalam mendapatkan pekerjaan

(Soetjiningsih, 2004). Untuk mengetahui keberhasilan dalam pendidikan dapat dilihat dari hasil ujian baik tertulis maupun tidak tertulis (lisan). Kebutuhan yang tidak terpenuhi merupakan stresor tersendiri bagi manusia (Hidayat, 2006). Kebutuhan akan nilai yang baik dan dapat memahami pelajaran disekolah menjadi sumber stres bagi partisipan jika ternyata kebutuhan ini tidak terpenuhi.

2) Stresor Internal

Partisipan mengungkapkan stresor yang berhubungan dengan masalah keuangan yaitu uang saku yang sudah habis. Hidayat (2006) menjelaskan bahwa stresor yang berasal dari diri sendiri yang salah satunya adalah kondisi keuangan seperti yang dialami oleh partisipan termasuk dalam stresor internal.

Remaja telah diberikan kebebasan dan kemandirian dari orang tua salah satunya untuk mengelola uang saku yang diberikan orang tua mereka. Perubahan ekonomi yang terjadi dimana ketika masih anak – anak bisa meminta uang kapan saja menjadi harus bisa mengatur

keuangan sendiri tanpa bebas meminta jika sewaktu waktu uang habis merupakan stresor sosial psikologik yang terjadi pada remaja (Rasmun, 2004).

b. Tujuan kedua : Diketuinya strategi koping stres remaja berkepribadian ekstrovert dan introvert

1) Koping Jangka Pendek

Partisipan mengungkapkan cara – cara dalam mengatasi stres yaitu dengan dilupakan, merokok, tidur, main, mendengarkan musik, dan menonton TV. Cara mengatasi stres seperti ini merupakan salah satu metode koping jangka pendek. Koping jangka pendek lainnya adalah melamun dan berfantasi, mengkonsumsi alkohol dan obat – obatan terlarang, melihat aspek humor dari situasi yang tidak menyenangkan, tidak ragu dan merasa yakin bahwa semua akan kembali stabil, dan menangis. Koping jangka pendek cukup efektif dalam mengurangi stres untuk waktu sementara namun tidak untuk waktu yang lama karena masalah awal sebagai stresor belum

teratasi (Bell, 1977 dalam Rasmun, 2004).

Termasuk dalam koping jangka pendek juga yaitu reaksi yang berorientasi pada emosi atau mekanisme koping pertahanan diri (*defence mechanism*) dalam hal ini yang dilakukan partisipan adalah pengalihan. Koping pengalihan adalah mengalihkan emosi yang diarahkan pada benda atau objek yang kurang atau tidak berbahaya. Dalam penelitian Marwanti (2008) dijelaskan bahwa koping berorientasi emosi ini dilakukan untuk mempertahankan kesejahteraan, mengatasi perasaan, dan emosi yang muncul karena stres. Namun apabila partisipan menggunakan koping jangka pendek ini terus menerus setiap dihadapkan pada stresor maka akan mengakibatkan gangguan orientasi realita, memburuknya hubungan interpersonal, dan menurunnya produktivitas (Stuart dan Sundeen, 1991 dalam Rasmun, 2004).

2) Koping Jangka Panjang

Partisipan mengungkapkan cara – cara dalam mengatasi

stresnya yaitu dengan belajar terus menerus dan mengobrol. Cara mengatasi stres seperti ini, mencari informasi yang lebih banyak mengenai masalah dan berbicara dengan orang lain tentang masalah yang sedang dihadapi, merupakan salah satu metode koping jangka panjang. Koping jangka panjang lainnya antara lain menghubungkan situasi atau masalah yang dihadapi dengan kekuatan supranatural, melakukan latihan fisik untuk mengurangi ketegangan, dan mengambil pelajaran dari peristiwa yang telah lalu. Koping jangka panjang merupakan cara yang efektif dan realistis dalam menangani masalah psikologis untuk kurun waktu yang lama (Bell, 1977 dalam Rasmun, 2004).

Termasuk dalam koping jangka panjang juga adalah reaksi yang berorientasi pada tugas dalam hal ini yang dilakukan partisipan adalah kompromi. Kompromi merupakan tindakan konstruktif yang dilakukan individu untuk menyelesaikan masalah. Lazimnya kompromi dilakukan dengan cara bermusyawarah atau negosiasi

dengan orang lain yang dianggap mampu membantu menyelesaikan masalah (Stuart dan Sundeen, 1991 dalam Rasmun, 2004).

Belajar terus menerus yang dilakukan partisipan merupakan contoh langkah aktif dan upaya antisipatif untuk menghilangkan atau mengurangi dampak stres yang mungkin terjadi jika terjadi kegagalan. Koping jangka panjang ini disebut Lazarus (1976 dalam Siswanto 2007) sebagai tindakan langsung (*direct action*) yaitu mempersiapkan diri untuk menghadapi luka. Dalam QS. Az – Zumar 53 Allah telah berfirman, “... janganlah kau berputus asa dari rahmat Allah ... “ bahwa sebagai manusia hendaknya kita selalu berikhtiar dan pantang berputus asa karena tidak ada suatu urusan kecuali mudah saja bagi Allah untuk menyelesaikannya (Abdussalam, 2005).

KESIMPULAN

1. Stresor yang biasa dialami oleh remaja berkepribadian ekstrovert dan introvert berasal dari stresor eksternal yaitu dimarahi

orang tua, bermasalah dengan pacar, dijauhi teman, dan kesusahan dalam pelajaran sehingga mendapat nilai jelek serta stresor internal yaitu uang saku yang habis.

2. Strategi koping stres yang dilakukan oleh remaja berkepribadian ekstrovert dan introvert adalah koping jangka pendek yaitu dilupakan, main, tidur, menonton TV, mendengarkan radio, dan merokok serta koping jangka panjang yaitu belajar terus menerus dan mengobrol.

SARAN

1. Madrasah Aliyah Negeri II Yogyakarta

Para siswa perlu memahami kepribadian masing – masing sehingga dapat memilih strategi koping yang tepat dan sesuai dengan kepribadian agar stres dapat teratasi. Bimbingan Konseling (BK) melaksanakan perannya di institusi sekolah dengan melayani bimbingan terhadap para siswa yang mengalami masalah sosial psikolog

dan perkembangan sebagai remaja dengan pendekatan sesuai karakteristik kepribadian siswanya.

2. Tenaga Keperawatan

Tenaga keperawatan terutama perawat jiwa perlu mengkaji lebih dalam mengenai kepribadian klien, selain sumber daya lain yang tersedia, untuk membantu klien menentukan strategi koping yang akan digunakannya.

3. Ilmu Pengetahuan

Sumber – sumber ilmu pengetahuan terutama ilmu keperawatan jiwa perlu menuliskan teori mengenai strategi koping yang biasa digunakan oleh orang berkepribadian ekstrovert dan introvert serta baik buruknya koping tersebut terhadap diri orang yang menggunakan maupun lingkungannya.

4. Masyarakat Luas

Lingkungan masyarakat terutama keluarga baiknya memberikan dukungan baik fisik maupun non fisik pada para remaja agar dapat menggunakan strategi koping untuk mengatasi permasalahan mereka.

5. Peneliti Selanjutnya

Perlu dikembangkan penelitian lanjutan menggunakan metode kuantitatif untuk mengetahui sejauh mana keefektifan strategi koping yang telah dilakukan oleh individu berkepribadian ekstrovert dan introvert serta melihat strategi koping berdasarkan dukungan sosial yang didapat dari lingkungan sekitar responden .

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussalam, Y., 2005. *Berani Gagal Islami*, Media Insani, Yogyakarta.
- Antai, Deborah & Ontong, 2008. *Psychiatric Nursing : Biological and Behavioral Concepts*, 2nd edition, Elsevier inc., Philadelphia.
- Alwisol, 2008. *Psikologi Kepribadian*, edisi revisi, Universitas Muhammadiyah Malang, Malang.
- Dewi, D. S. S., 2008. *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dan Stres Dengan Strategi Koping Pada Wanita Menopause Di Kelurahan Muja Muju Kecamatan Umbulharjo Yogyakarta*. Skripsi. Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Fortinash & Worret, Holoday, 2005. *Psychiatric Mental Health Nursing*, 4th edition, Elsevier inc., Philadelphia.
- Gajah Mada University Press, 2006. *Desain dan Ukuran Sampel untuk Penelitian*

- Kuantitatif dan Kualitatif di Bidang Kesehatan*, Yogyakarta.
- Hall, Calvin, S. & Lindzey, G, 1993. *Teori – Teori Psikodinamik (Klinis)*, Kanisius, Yogyakarta.
- Hariwijaya, M., 2005. *Tes EQ Tes Kecerdasan Emosional, Metode Terbaru dalam Penerimaan Pegawai BUMN dan Karyawan*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Hidayat, A., 2006. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia : Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*, Salemba Medika, Jakarta.
- Irmansyah. *Mahalnya Harga Ketidakpedulian dalam*
<http://www.majalah.tempointeraktif.com>, diakses tanggal 4 Februari 2009.
- Marwanti, 2008. *Gambaran Stres Psikososial dan Strategi Koping Mahasiswa Angkatan 2007 – 2008*. Skripsi. STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta.
- Moleong, J. L., 2004. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Monks, FJ., Knoers, AMP., Rahayu, S., 2002. *Psikologi Perkembangan, Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, Gajah Mada University Press, Yogyakarta.
- National Safety Council, 2003. *Manajemen Stres*, EGC, Jakarta.
- Notoatmodjo, S., 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Nurachman, E., 2005. *Jenis – Jenis Riset Kualitatif*, Program Magister Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, Jakarta ; tidak dipublikasikan.
- Nurihsan, A.J. DR. MPd., 2006. *Bimbingan dan Konseling, dalam Berbagai Latar Kehidupan*, PT Refika Aditama, Bandung.
- Oswari, F., 2008. *Gambaran Stres dan Koping pada Usia Lanjut yang Tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta*. Skripsi. STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta.
- Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia, 1999. *Modul Kesehatan Reproduksi Remaja*, Jakarta.
- Poerwandari, K., 2005. *Pendekatan Kualitatif untuk Perilaku Manusia*, LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, Jakarta.
- Rasmun, 2004. *Stres, Koping, dan Adaptasi, Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*, Sagung Seto, Jakarta.
- Rismawaty, 2008. *Kepribadian dan Etika Profesi*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Siswanto, S.Psi. M.Si., 2007. *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan dan Perkembangan*, Andi, Yogyakarta.
- Soemantri, I. *Prinsip Prinsip Etika Penelitian Ilmiah* dalam <http://www.fikunpad.unpad.ac.id> diakses tanggal 11 September 2007.
- Soetjningsih, Prof. Dr. SP.A(K)., 2004. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*, Sagung Seto, Jakarta.
- Sukmadinata, N.S., Prof. DR., 2003. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Sunaryo, Drs. M.Kes., 2004. *Psikologi untuk Keperawatan*, EGC, Jakarta.

Suryabrata, S., 2002. *Psikologi Kepribadian*, PT Grafindo Persada, Jakarta.

Wilkinson, G., Prof., 2002. *Seri Kesehatan : Bimbingan daripada Stres*, Dian Rakyat, Jakarta.

Winkel, W.S. & Hastuti, S., 2004. *Bimbingan Konseling di Institusi Pendidikan*, Media Abadi, Yogyakarta.

Yosep, I., S.Kep.,MSi., 2007. *Keperawatan Jiwa*, PT Refika Aditama, Bandung.

Young, G. G., 2008. *Membaca Kepribadian Orang, Think*, Yogya.



STIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA