

STRES, MEKANISME KOPING, DAN PERILAKU Mencari BANTUAN KESEHATAN PADA MASYARAKAT USIA PRODUKTIF

Catharina Guinda Diannita, Shinta Yuliana Hasibuan, Maria Veronika Ayu Florensa*
Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan, Jl Boulevard Jend Sudirman No 15C Lippo Village,
Tangerang, 15810, Indonesia
[*maria.florensa@uph.edu](mailto:maria.florensa@uph.edu)

ABSTRAK

Stres pada masyarakat usia produktif perlu dikelola dengan mekanisme koping yang baik. Keputusan untuk mencari bantuan kesehatan pada masyarakat usia produktif diperlukan agar penanganan yang diberikan efektif dan efisien. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stress dengan mekanisme koping dan perilaku mencari bantuan kesehatan pada masyarakat usia produktif di Jakarta dan Tangerang. Penelitian kuantitatif ini menggunakan teknik convenience sampling dengan jumlah sampel 145 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuisisioner Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21) dengan nilai Cronbach alpha 0.906, Brief Cope dengan nilai Cronbach alpha sebesar 0,778 dan General Help Seeking Questionnaire dengan nilai Cronbach alpha 0.849. Data yang didapatkan dianalisis menggunakan analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis bivariat dengan uji korelasi gamma. Hasil penelitian yaitu 94,5% masyarakat usia produktif level stress berada dalam kategori normal, 51.7% melakukan mekanisme koping yang adaptif dan 51.7% memiliki perilaku mencari bantuan kesehatan yang baik. Hasil uji bivariat didapatkan tidak ada hubungan yang signifikan antara stress dengan mekanisme koping ($p=0.223$) serta tidak ada hubungan yang signifikan antara stress dengan perilaku mencari bantuan kesehatan ($p=0.416$). Penelitian lanjutan diperlukan untuk menilai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi mekanisme koping dan perilaku mencari bantuan kesehatan bagi masyarakat.

Kata kunci: bantuan kesehatan; dewasa; mekanisme koping; stres

STRESS, COPING MECHANISMS, AND HEALTH SEEKING BEHAVIOR IN PRODUCTIVE-AGE COMMUNITIES

ABSTRACT

Stress in productive age people needs to be managed with good coping mechanisms. The decision to seek health assistance in productive age people is needed so that the treatment provided is effective and efficient. The purpose of this study was to determine the relationship between stress with coping mechanisms and health seeking behavior in productive age people in Jakarta and Tangerang. This quantitative study used convenience sampling technique with a sample size of 145 people. The instruments used in this study were the Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21) questionnaire with a Cronbach alpha value of 0.906, Brief Cope with a Cronbach alpha value of 0.778 and the General Help Seeking Questionnaire with a Cronbach alpha value of 0.849. The data obtained were analyzed using univariate analysis with frequency distribution and bivariate analysis with gamma correlation test. The results of the study were 94.5% of productive age people, the stress level was in the normal category, 51.7% had adaptive coping mechanisms and 51.7% had good health seeking behavior. The results of the bivariate test found no significant relationship between stress and coping mechanisms ($p= 0.223$) and there was no significant relationship between stress and health seeking behavior ($p= 0.416$). Further research is needed to assess factors that may influence coping mechanisms and health seeking behavior for the community.

Keywords: adult; coping mechanism; health seeking behavior; stress

PENDAHULUAN

Indonesia mengalami kondisi bonus demografi, yaitu kondisi dimana jumlah proporsi usia produktif lebih besar dibandingkan dengan usia non produktif sehingga memberikan keuntungan ekonomi bagi negara (Dewi et al., 2018). Usia produktif berdasarkan website badan pusat statistik yaitu usia 15 sampai dengan 64 tahun (Sukmaningrum & Imron, 2017). Individu dalam usia ini umumnya telah memiliki pekerjaan. Berdasarkan teori tumbuh kembang psikososial Erik Erikson, tahap perkembangan dewasa adalah tahap dimana individu menjalin kebersamaan dan membangun hubungan dengan system pendukungnya. Relasi yang baik dengan lingkungan dibutuhkan pada tahap ini sehingga individu tidak jatuh pada kondisi keterasingan (Krismawati, 2014). Masyarakat usia produktif yang tinggal di area Jakarta dan Tangerang terdiri dari penduduk asli dan pendatang dari daerah lain di Indonesia. Implikasi dari bonus demografi di Indonesia yaitu masyarakat usia produktif menjadi generasi sandwich. Generasi sandwich adalah istilah dimana generasi usia produktif yang menanggung kebutuhan generasi di atasnya (orang tua) dan generasi di bawahnya (anak/keturunan)(Cravey & Mitra, 2011). Kondisi ini tentunya dapat menantang masyarakat usia produktif untuk dapat berperan dengan lebih maksimal. Tuntutan ini tidak jarang menimbulkan stres bagi individu.

Stres dialami oleh semua usia termasuk masyarakat usia produktif. Stress pada masyarakat usia produktif dapat berasal dari pekerjaan misalnya karena miskomunikasi, beban kerja yang berlebihan, mendapatkan perlakuan yang tidak adil dalam bekerja (Armin et al., 2019), konflik interpersonal, serta kurangnya dukungan sosial (Susihono & Muslihati, 2017). Stress yang dialami oleh individu memberikan respon yang berbeda-beda baik secara fisik maupun mental. Gejala fisik yang dapat timbul ketika seseorang mengalami stress antaralain peningkatan tekanan darah (Eka et al., 2022), ketidaknyamanan pada bahu, leher, punggung atas dan tangan (So et al., 2017), dispepsia, sering buang air kecil, ketegangan area mata serta batuk kronis (Lin et al., 2009). Stres tidak dapat dihindari namun setiap individu perlu melakukan teknik mekanisme koping untuk dapat mengelola stress yang sedang dialami.

Mekanisme koping adalah proses sadar dan proses bawah sadar yang melibatkan aspek kognitif dan perilaku untuk mengelola kondisi stres(Shahin et al., 2023). Mekanisme koping yang adaptif dapat menurunkan tingkat stress individu. Penelitian sebelumnya dilakukan pada karyawan di profesi kesehatan menemukan bahwa sebagian besar karyawannya melakukan mekanisme koping yang adaptif sedangkan sebagian kecilnya melakukan mekanisme koping maladaptive (Mundung, Kairupan, Kundre, & Kedokteran, 2019). Beberapa bentuk kegiatan yang diambil oleh pekerja usia produktif ketika merasakan stress yaitu mengambil cuti, menghabiskan waktu bersama keluarga, menghabiskan waktu bersama binatang peliharaan, namun ada juga yang mengatasi stress dengan kegiatan yang kurang positif seperti mengkonsumsi zat adiktif yang berbahaya (Shahin et al., 2023).

Perilaku mencari bantuan kesehatan adalah perilaku individu yang dilakukan saat mengalami masalah kesehatan untuk mencari pertolongan kesehatan baik dengan cara mengobati sendiri ataupun dengan memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan (Galih Nonasri, 2021). Survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada delapan orang usia produktif di Jakarta dan Tangerang memberikan hasil sebanyak 63% mengatakan penyebab stress terbesar berasal dari pekerjaan, dalam satu bulan terakhir sebanyak 63% mengalami masalah sulit tidur, 13% mengalami tidak nafsu makan, 63% mengalami sakit kepala, 75% merasa cemas. Sebanyak 63% individu tidak mencari informasi tentang kesehatannya, 50% individu berusaha mengatasi sendiri sebelum mencari bantuan professional bila mengalami masalah kesehatan. Berdasarkan hasil mini survei ini peneliti menilai perlu dilakukan penelitian lanjutan, tujuan penelitian ini yaitu

untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat stress, mekanisme koping dan perilaku mencari bantuan kesehatan pada Masyarakat usia produktif terutama di area Jakarta dan Tangerang.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Variabel independent yaitu stress dan variable dependen yaitu mekanisme koping dan perilaku mencari bantuan kesehatan. Populasi pada penelitian ini yaitu masyarakat usia produktif di Jakarta dan Tangerang. Sebanyak 168 responden mengakses tautan kuisisioner penelitian, namun hanya 145 responden yang memenuhi kriteria inklusi penelitian yaitu berusia 20 sampai 45 tahun dan bekerja di Jakarta dan Tangerang. Metode pengumpulan data yaitu convenience sampling dengan rentang waktu bulan Januari sampai dengan Juni 2023. Penelitian ini disebar dengan menggunakan kuisisioner online. Penjelasan penelitian, inform consent dan kuisisioner disebar melalui media sosial seperti whatsapp, facebook, dan Instagram.

Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21), Brief Cope dan General Help Seeking Questionnaire. Kuisisioner DASS-21 tersusun dari 7 pertanyaan yang masing-masing berkaitan dengan depresi, kecemasan dan stres. Item pertanyaan yang berkaitan dengan stress yaitu item nomer 1,6,8, 11, 12, 14, dan 18. Kuisisioner ini telah dalam Bahasa Indonesia dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan nilai Cronbach alpha untuk stress 0.906 (Nada et al., 2022). Hasil pengukuran untuk variable stress dikategorikan menjadi normal (skor 0-14), ringan (skor 15-18), sedang (skor 19-25), berat (skor 26-33) dan sangat berat (skor ≥ 34). Kuisisioner Brief Cope terdiri dari 28 pertanyaan dengan pilihan jawaban selalu, sering, jarang dan tidak pernah. Kuisisioner ini telah dalam Bahasa Indonesia dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan nilai cronbach alpha sebesar 0,778. (Jayusman, 2018). Hasil mekanisme koping dikategorikan menjadi koping maladaptive dan adaptif. Kuisisioner General Help Seeking Behavior digunakan untuk mengidentifikasi perilaku mencari bantuan kesehatan yang terdiri dari 20 pertanyaan. Kuisisioner ini dilakukan uji VR oleh peneliti terhadap 30 responden dan mendapatkan hasil Cronbach alpha 0.849.

Data penelitian dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dengan distribusi frekuensi digunakan untuk mengidentifikasi tingkat stress, mekanisme koping serta perilaku mencari bantuan kesehatan masyarakat usia produktif, sedangkan analisis bivariat yang digunakan yaitu uji korelasi gamma untuk menilai hubungan antara stress dengan mekanisme koping dan stress dengan perilaku mencari bantuan kesehatan pada masyarakat usia produktif. Komite etik penelitian Universitas Pelita Harapan menyatakan bahwa penelitian ini bebas masalah etik. Responden yang terlibat dalam penelitian diberi kompensasi berupa uang elektronik. Penelitian ini dilaksanakan dengan menerapkan prinsip etik confidentiality, autonomy, beneficence-nonmaleficence dan justice.

HASIL

Tabel 1 didapati bahwa mayoritas masyarakat usia produktif di Jakarta dan Tangerang tidak mengalami stress, menggunakan mekanisme koping yang adaptif dan memiliki perilaku mencari bantuan kesehatan yang baik.

Tabel 1.

Tingkat stress, mekanisme koping dan perilaku mencari bantuan kesehatan pada masyarakat usia produktif (n=145)

Variabel	Kategori	f	%
Stres	Normal	137	94.5
	Ringan	6	4.1
	Sedang	2	1.4
	Berat	-	-
	Sangat berat	-	-
Mekanisme koping	Adaptif	75	51.7
	Maladaptif	70	48.3
Perilaku mencari bantuan kesehatan	Baik	75	51.7
	Buruk	70	48.3

Tabel 2

Hubungan Stres dengan mekanisme koping pada masyarakat usia produktif (n=145)

Variabel	Stres					P value
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat	
Mekanisme koping						
Maladaptif	67	2	1	0	0	0.223
Adaptif	70	4	1	0	0	

Tabel 2 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan mekanisme koping pada masyarakat usia produktif di Jakarta dan Tangerang. Hal yang menarik adalah meskipun tidak mengalami stress, sekitar 67 responden memiliki koping yang maladaptive.

Tabel 3

Hubungan stress dengan perilaku mencari bantuan kesehatan pada masyarakat usia produktif (n=145)

Variabel	Stres					P value
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat	
Perilaku mencari bantuan kesehatan						
Buruk	65	4	1	0	0	0.416
Baik	72	2	1	0	0	

Tabel 3 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara stress dengan perilaku mencari bantuan kesehatan pada masyarakat usia produktif di Jakarta dan Tangerang. Mayoritas masyarakat yang memiliki perilaku baik dalam mencari bantuan kesehatan tidak mengalami stress.

PEMBAHASAN

Tingkat stres masyarakat usia produktif dalam penelitian ini mayoritas tergolong dalam kondisi normal atau tidak stres. Tidak stres dapat dimaknai sebagai stress dalam level normal atau eustress. Eustres sampai dengan stress ringan yang dialami oleh individu dapat meningkatkan kreatifitas dan pengembangan diri (Adrian et al., 2021). Penelitian lainnya menemukan bahwa stress dapat meningkatkan kreatifitas melalui peningkatan hormon kortisol, namun stress juga dapat menimbulkan emosi negatif misalnya marah atau frustrasi (Yeh et al., 2015). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain dengan sampel wanita usia produktif, dimana mayoritas sampel memiliki stress dalam level normal, diikuti level

stress ringan hingga sedang (Panma et al., 2021). Mekanisme koping masyarakat usia produktif di Jakarta dan Tangerang mayoritas adaptif. Namun sebagian kecil masih maladaptif. Ketika menghadapi kondisi stress, individu akan melakukan mekanisme koping untuk menurunkan tingkat stresnya. Mekanisme koping dapat diklasifikasikan menjadi mekanisme koping yang berfokus pada emosi dan mekanisme koping yang berfokus pada masalah (Stuart, 2013). Mekanisme koping yang dilakukan oleh individu yang mampu menurunkan tingkat stressnya disebut dengan mekanisme koping yang adaptif, namun yang tidak menurunkan tingkat stress bahkan memunculkan emosi yang negative dapat dikelompokkan menjadi mekanisme koping maladaptive. Penelitian yang dilakukan pada orang dewasa selama masa pandemic menyebutkan bahwa bentuk bentuk mekanisme koping koping berfokus pada emosi yang dilakukan antara lain mencari kesibukan, mencari dukungan dari lingkungan sosial dan memiliki cara pikir yang positif (Meyer et al., 2022).

Perilaku mencari bantuan kesehatan masyarakat usia produktif dalam penelitian ini tergolong baik. Individu akan mencari bantuan kesehatan apabila memiliki literasi yang baik tentang kesehatan (Mardiana et al., 2020). Kepercayaan masyarakat tentang mitos atau keyakinan lainnya tentang kesehatan juga mempengaruhi perilaku mencari bantuan kesehatan (Masita et al., 2019). Penelitian ini menemukan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan mekanisme koping pada masyarakat usia produktif. Individu dengan tingkat stres ringan dan sedang ada yang memilih untuk menggunakan mekanisme koping yang adaptif, namun adapula yang memilih untuk menggunakan mekanisme koping yang maladaptive. Bahkan, masyarakat yang tingkat stressnya normal, juga menerapkan mekanisme koping yang maladaptive. Mekanisme koping baik yang berfokus pada emosi dan berfokus pada masalah dapat dilakukan bersamaan, dikombinasikan dan penggunaannya sesuai dengan kebutuhan masing-masing individu (Sitinjak et al., 2023). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian lainnya yang memberikan hasil bahwa ada hubungan antara stress dengan mekanisme koping individu (Mundung, Kairupan, & Kundre, 2019)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan perilaku mencari bantuan kesehatan pada masyarakat usia produktif di Jakarta dan Tangerang. Masyarakat yang tingkat stresnya tergolong normal masih ada yang memiliki perilaku mencari bantuan kesehatan yang buruk. Faktor sosial dan ekonomi masyarakat, kemampuan networking, serta trauma di masa lalu diteliti berpengaruh terhadap perilaku mencari bantuan kesehatan (Alkholy et al., 2022). Perempuan diteliti lebih baik dalam pencarian bantuan kesehatan daripada laki-laki (Garrido et al., 2011). Berdasarkan hasil penelitian ini, masyarakat usia produktif berada pada kondisi yang baik dalam hal tingkat stress, meskipun mayoritas masyarakat memiliki mekanisme koping yang adaptif dan perilaku mencari bantuan yang baik, masih ada sekelompok masyarakat yang menggunakan mekanisme koping yang negatif dan masih kurang dalam mencari bantuan kesehatan. Perawat perlu meningkatkan promosi kesehatan yang mudah dijangkau, melalui media sosial, sehingga mudah bagi masyarakat usia produktif untuk mendapatkan informasi tersebut dengan harapan akan semakin sedikit masyarakat yang memiliki perilaku mencari bantuan kesehatan yang buruk.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan mekanisme koping pada masyarakat usia produktif; tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan perilaku mencari bantuan kesehatan pada masyarakat usia produktif di Jakarta dan Tangerang. Masyarakat usia produktif sebagian besar memiliki tingkat stress normal, memiliki mekanisme koping yang adaptif dan memiliki perilaku mencari bantuan kesehatan yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, F. A., Putri, V. S., & Suri, M. (2021). Hubungan Belajar Online di Masa Pandemi Covid 19 dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 66. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.276>
- Alkholly, R., Lovell, K., Bee, P., & Pedley, R. (2022). Barriers and enablers to help-seeking behaviour for mental health reasons among community dwelling older adults with anxiety: Mixed-methods systematic review. *Journal of Affective Disorders Reports*, 10. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2022.100440>
- Armin, Ciamas, E. S., Siahaan, R. F. B., Vincent, W., & Rudy. (2019). Analisis Stress Kerja Pada PT. Gunung Permata Valasindo Medan. In *Seminar Nasional Teknologi Komputer dan Sains*. <https://seminar-id.com/semnas-sainteks2019.html>
- Cravey, T., & Mitra, A. (2011). Demographics of the sandwich generation by race and ethnicity in the United States. *The Journal of Socio-Economics*, 40(3), 306–311. <https://doi.org/10.1016/J.SOCEC.2010.12.003>
- Dewi, S., Listyowati, D., & Napitupulu, B. E. (2018). Bonus Demografi Di Indonesia : Suatu Anugrah Atau Petaka. *Agustus*, 2(3), 8700. <http://journal.stmikjayakarta.ac.id/index.php/jisamar/article/view/44/40>
- Eka, N. G. A., Florensa, M. V. A., & Pakpahan, M. (2022). Stress associated with hypertension in middle-age and elderly in Binong, Tangerang. *Bali Medical Journal*, 11(2), 547–550. <https://doi.org/10.15562/bmj.v11i2.3356>
- Galih Nonasri, F. (2021). Karakteristik Dan Perilaku Mencari Pengobatan (Health Seeking Behavior) Pada Penderita Hlipertensi. *Jurnal Medika Utama*, 2(2), 680–685. <http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/153/96>
- Garrido, M. M., Kane, R. L., Kaas, M., & Kane, R. A. (2011). Use of mental health care by community-dwelling older adults. *Journal of the American Geriatrics Society*, 59(1), 50–56. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2010.03220.x>
- Jayusman, R. A. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Koping Stres pada Mahasiswa Perantau di Yogyakarta. <https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/7220/HUBUNGAN%20ANTARA%20DUKUNGAN%20SOSIAL%20DAN%20COPING%20STRESS%20PADA%20MAHASISWA%20PERANTAU%20DI%20YOGYAKARTA.pdf?sequence=1>
- Krismawati, Y. (2014). Teori Psikologi Perkembangan Erik H. Erikson dan Manfaatnya Bagi Tugas Pendidikan Kristen Dewasa Ini. *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 2(1), 46–56. <https://core.ac.uk/download/pdf/235737088.pdf>
- Lin, Y. H., Chen, C. Y., & Lu, S. Y. (2009). Physical discomfort and psychosocial job stress among male and female operators at telecommunication call centers in Taiwan. *Applied Ergonomics*, 40(4), 561–568. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2008.02.024>
- Mardiana, Irwan, A. M., & Syam, Y. (2020). Hubungan Health Literacy dengan Perilaku Mencari Bantuan Kesehatan pada Lansia dengan Prehipertensi. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 5(2), 313–320.

<https://doi.org/10.22216/jen.v5i2.4591>

- Masita, S., Buanasari, A., & Silolonga, W. (2019). Hubungan Kepercayaan Dengan Perilaku Mencari Pertolongan Pada Keluarga Orang Dengan Gangguan Jiwa Di Kota Ternate. *E-Journal Keperawatan*, 7(1), 1–7. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/view/24351>
- Meyer, D., Van Rheenen, T. E., Neill, E., Phillipou, A., Tan, E. J., Toh, W. L., Sumner, P. J., & Rossell, S. L. (2022). Surviving the COVID-19 pandemic: An examination of adaptive coping strategies. *Heliyon*, 8(5), e09508. <https://doi.org/10.1016/J.HELIYON.2022.E09508>
- Mundung, G. J., Kairupan, R., Kundre, R., & Kedokteran, F. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Stres Kerja Perawat Di RSU GMIM Bethesda Tomohon. *E-Journal Keperawatan*, 7(1), 1. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/download/22900/22596>
- Mundung, G. J., Kairupan, R., & Kundre, R. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Stres Kerja Perawat Di Rsu Gmim Bethesda Tomohon. *E-Journal Keperawatan*, 7(1), 1.
- Nada, Q., Herdiana, I., & Andriani, F. (2022). Testing the validity and reliability of the Depression Anxiety Stress Scale (DASS)-21 instrument for individuals with Psychodermatology. *Psikohumaniora*, 7(2), 153–168. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.11802>
- Panma, Y., Nyumirah, S., Keperawatan, D., Bedah, M., Keperawatan, A., Rebo, P., & Jiwa, D. K. (2021). Penerapan Manajemen Stres Pada Wanita Usia Produktif Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 5(5). <https://doi.org/10.31764/jmm.v5i5.5820>
- Shahin, W., Issa, S., Jadooe, M., Shmoae, M., Yelegin, M., Selvarajah, S., Stupans, I., Dunkley, K., & Thrimawithana, T. (2023). Coping mechanisms used by pharmacists to deal with stress, what is helpful and what is harmful? Exploratory Research in Clinical and Social Pharmacy, 9. <https://doi.org/10.1016/j.rcsop.2022.100205>
- Sitinjak, A., Simangunsong, H. M., Kaeng, J. Q., Florensa, M. V. A., & Purwani, M. I. (2023). Hubungan Mekanisme Koping Dan Perilaku Kekerasan Verbal Orang Tua Terhadap Anak Usia Sekolah Pada Sebuah Desa Di Sulawesi Utara. *Nursing Current*, 11(1). <https://ojs.uph.edu/index.php/NCJK/article/view/6950/pdf>
- So, B. C. L., Cheng, A. S. K., & Szeto, G. P. Y. (2017). Cumulative IT use is associated with psychosocial stress factors and musculoskeletal symptoms. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph14121541>
- Stuart, G. W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing (Vol. 10)*.
- Sukmaningrum, A., & Imron, A. (2017). Memanfaatkan Usia Produktif Dengan Usaha Kreatif Industri Pembuatan Kaos Pada Remaja Di Gresik. *Paradigma*, 5(3), 1–6. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paradigma/article/view/21647>
- Susihono, W., & Muslihati, A. (2017). Analisis Tingkat Stres Kerja Dan Faktor-Faktor

Penyebab Stres Kerja Pada Pegawai BPBD Kota Cilegon. *Journal Industrial Services*, 3. <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jiss/article/view/2084/1617>

Yeh, Y. C., Lai, G. J., Lin, C. F., Lin, C. W., & Sun, H. C. (2015). How stress influences creativity in game-based situations: Analysis of stress hormones, negative emotions, and working memory. *Computers & Education*, 81, 143–153. <https://doi.org/10.1016/J.COMPEDU.2014.09.011>.