

STRESS MANAGEMENT DUE TO WORK FATIGUE IN FARMERS

MANAJEMEN STRESS AKIBAT KELELAHAN KERJA PADA PETANI

Yeni Fitria^{1*}, Erti Ikhtiarini Dewi¹, Enggal Hadi Kurniyawan¹, Fitrio Deviantony¹

¹Department of Nursing Sciences, Faculty of Nursing, University of Jember, Jember-Indonesia

ABSTRACT

Working as a farmer has various risk factors, one of which is experiencing work stress. High workload causes work stress on farmers. Farmers who experience work stress will have an impact on decreasing health conditions. So, it is important to know psychological health as a support for welfare and increased productivity. This community service activity aims to provide health education about stress management due to work fatigue to farmers in agricultural areas. The target of this activity is approximately 30 farmers in Sukoreno Village, Kalisat District, Jember Regency. Activities began with basic health checks such as measuring blood pressure and blood sugar, then continued with health education and the practice of stress management techniques with deep breathing relaxation and progressive muscle relaxation. The result of this activity is an increase in public knowledge about work stress and how to overcome it, as well as an increase in farmers' skills in managing stress with deep breathing relaxation techniques and progressive muscle relaxation. Socialization of stress management due to work fatigue needs to be increased with a broader target such as fishermen, factory workers, and other communities in agro-industrial areas.

ABSTRAK

Bekerja sebagai petani memiliki berbagai macam faktor resiko, salah satunya adalah mengalami stres kerja. Beban kerja yang tinggi mengakibatkan stres kerja pada petani. Petani yang mengalami stres kerja akan berdampak terhadap penurunan kondisi Kesehatan. Sehingga penting mengetahui kesehatan psikologis sebagai penunjang kesejahteraan dan peningkatan produktivitas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang manajemen stres akibat kelelahan kerja pada petani di wilayah agrikultural. Sasaran dari kegiatan ini adalah kurang lebih 30 petani di Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember. Kegiatan dimulai dengan pemeriksaan kesehatan dasar seperti pengukuran tekanan darah dan gula darah, dan dilanjutkan dengan pendidikan kesehatan serta praktik teknik manajemen stress dengan relaksasi napas dalam dan relaksasi otot progresif. Hasil dari kegiatan ini yaitu adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang stress kerja dan cara mengatasinya, serta adanya peningkatan ketrampilan petani dalam melakukan manajemen stress dengan teknik relaksasi napas dalam dan relaksasi otot progresif. Sosialisasi manajemen stress akibat kelelahan kerja perlu ditingkatkankan dengan sasaran yang lebih luas seperti pada nelayan, pekerja pabrik, dan masyarakat lainnya di wilayah agroindustrial.

Scope:
Health

ARTICLE INFO

Received
Accepted
Online

*Correspondence (Korespondensi):

E-mail: yeni.fitria@unej.ac.id

Keywords: stress, work fatigue, farmer

Kata kunci: stres, kelelahan kerja, petani

PENDAHULUAN

Kelelahan kerja masih menjadi salah satu faktor terbesar penyebab terjadinya kecelakaan kerja di suatu tempat kerja. Dalam jumlah persentase, faktor kelelahan kerja memberikan persentase sebesar 50% terhadap terjadinya kecelakaan kerja (Maurits, 2012). Menurut Internasional Labour Organization (ILO) menunjukkan data bahwa di dunia hampir setiap tahun terdapat sebanyak dua juta pekerja yang meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan, data ini semakin memperjelas bahwa kontribusi kelelahan kerja pada terjadinya kecelakaan kerja terbilang besar. Faktor-faktor yang dapat berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan kerja bisa berasal dari faktor lingkungan kerja yang tidak memadai untuk bekerja sampai kepada masalah psikososial dapat berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan kerja (Maurits, 2012).

Lingkungan kerja yang nyaman, ventilasi udara yang memadai, tidak adanya kebisingan, waktu istirahat dan waktu bekerja yang proporsional, pemberian gizi yang cukup, beban kerja yang sesuai dengan kemampuan psikis dan fisik pekerja, semuanya dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan kerja pada umumnya dan kelelahan kerja pada khususnya. Beban kerja menentukan berapa lama seseorang dapat bekerja sesuai dengan kapasitas kerja. Beban kerja juga merupakan besaran pekerjaan yang harus ditanggung oleh suatu unit atau jabatan organisasi serta hasil kali antara jumlah kerja dengan waktu kerja. Agar seseorang dapat bekerja tanpa kelelahan atau gangguan, maka semakin berat beban kerja, harus semakin singkat waktu kerjanya (Suma'mur, 2014).

Pertanian merupakan kegiatan manusia yang menyangkut proses produksi, menghasilkan bahan-bahan kebutuhan manusia baik yang berasal dari tumbuhan maupun hewan yang disertai dengan usaha untuk memperbaharui, mengembangkan, dan mempertimbangkan faktor ekonomi. Beban kerja petani lebih mengarah pada kemampuan petani untuk melaksanakan semua kegiatan yang harus dilakukan dengan teliti. Hal ini juga ditunjang dengan permasalahan yang dihadapi petani, yaitu tidak ada keringanan tuntutan kerja bagi petani dengan jam kerja 14 jam/hari dan resiko penyakit akibat kerja yang mengancam kesehatan petani dan juga resiko kecelakaan kerja saat mengangkat beban berat. Tuntutan kerja yang terlalu overload dapat menyebabkan beban kerja dan gangguan mental stress pada petani.

Petani merupakan kelompok kerja terbesar di Indonesia, petani bekerja dalam sebuah wilayah terbuka dan petani merupakan tenaga kerja informal. Menurut UU RI No.19 tahun 2013 petani adalah warga negara Indonesia perseorangan dan/atau beserta keluarganya yang melakukan usaha tani di bidang tanaman pangan, hortikultura, perkebunan dan/atau peternakan. Petani merupakan pekerjaan atau mata pencaharian utama masyarakat di Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember. Berdasarkan observasi awal dan wawancara dengan beberapa petani di Desa Sukoreno, ditemukan beberapa petani yang mengalami gejala kelelahan kerja seperti lelah seluruh badan, kurang fokus dan mengantuk. Beban kerja dari petani juga cukup berlebihan, dimana petani harus melakukan pekerjaan dengan waktu yang lama dalam sehari yaitu sekitar 14 jam.

Bekerja sebagai petani memiliki berbagai macam faktor resiko, salah satunya adalah mengalami stres kerja. Permasalahan stres kerja menunjukkan sebanyak 48,3% petani mengalami stres kerja di Kabupaten Jember (Susanto dkk., 2015). Pada penelitian selanjutnya, Susanto dkk. (2016) menjelaskan bahwa adanya beban kerja yang tinggi mengakibatkan stres kerja pada petani. Kegiatan yang dilakukan oleh petani mulai dari bercocok tanam sampai menjual hasil panennya. Hasil penelitian tersebut menunjukkan stres kerja pada petani sebesar 58,7%. Petani yang mengalami stres kerja akan berdampak terhadap penurunan kondisi kesehatan dikarenakan beban kerja yang tinggi. Oleh sebab itu, penting mengetahui kesehatan psikologis sebagai penunjang kesejahteraan dan peningkatan produktivitas (Susanto dkk., 2015).

Permasalahan yang dihadapi petani selama masa tanam dapat berdampak terhadap kesehatan psikologi petani yang akan berakibat pada menurunnya produktivitas kerja dan subjective well being. Perasaan cemas, sulit berkonsentrasi dan mudah marah merupakan indikator pada tingginya emosi negatif, serta adanya ketidakpuasan karena pengalaman gagal panen juga termasuk dalam rendahnya keajahteraan psikologis pada petani (Susilowati dkk, 2020). Dampak dari stres akibat kerja dapat menyebabkan reaksi emosional, perubahan kebiasaan atau mental dan perubahan fisiologis. Salah satu perubahan fisiologis yaitu kelelahan. Kelelahan kerja akan mengakibatkan penurunan daya kerja dan ketahanan tubuh. Beberapa respon tubuh yang menandakan bahwa petani sedang mengalami stres kerja dan kelelahan kerja yaitu adanya keluhan sakit kepala, kurangnya semangat bekerja, mudah tersinggung, dan raut wajah terlihat lelah. Semakin sering petani mengalami stres kerja maka semakin sering pula petani mengalami kelelahan kerja dan akan berdampak secara fisik maupun psikologis (Ningrum, dkk, 2020). Stres yang bisa berdampak positif (eustress) terhadap kesehatan dan kinerja adalah pada saat stres itu tidak melebihi tingkat maksimal sedangkan stres yang berlebihan atau melebihi tingkat maksimal bisa memberikan dampak negatif (distress) terhadap kinerja dan kesehatan.

Berdasarkan analisis situasi yang telah dipaparkan dan hasil diskusi dengan mitra di Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember, dapat dirumuskan beberapa masalah yaitu: rata-rata tingkat pendidikan petani pada daerah ini jenjang SD dan SMP atau beberapa hingga SMA, bahkan ada beberapa yang tidak menyelesaikan pendidikan SD; beberapa petani mengeluhkan mengalami stres dan kelelahan kerja, masyarakat yang terdampak tidak semuanya mengetahui pola adaptasi stres yang adaptif; dan belum semua masyarakat memperoleh dukungan kesehatan jiwa dan psikososial dikarenakan lokasi pelayanan kesehatan dasar yang jauh dari desa ini.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kelompok pengabdian bertujuan melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pendidikan kesehatan tentang manajemen stres akibat kelelahan kerja pada petani di wilayah agrikultural.

METODE

Upaya peningkatan manajemen stres akibat kelelahan kerja pada petani sangat penting dilakukan, mengingat banyaknya masalah psikososial yang muncul dimasyarakat, khususnya pada petani akibat pekerjaan yang dilakukan. Oleh karena itu, salah satu upaya penyelesaian masalah tersebut yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang manajemen stres.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dari analisis situasi yang dilakukan oleh tim pengabdian berupa pengumpulan data dengan wawancara dengan pihak mitra. Berbagai masalah kesehatan yang ditemukan kemudian dibicarakan dengan pihak mitra yang terdiri dari tokoh masyarakat, dan tenaga kesehatan setempat. Dari hasil koordinasi tersebut disepakati bahwa salah satu masalah kesehatan yang perlu diperhatikan di Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember adalah masalah psikososial pada petani. Kemudian disepakati pula intervensi yang dilakukan untuk mengatasi masalah kesehatan tersebut adalah melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) berupa penyuluhan tentang manajemen stress akibat kelelahan kerja pada petani.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui Pendidikan dan Pelayanan Kesehatan di Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember ini dilakukan pada

hari Minggu tanggal 16 Oktober 2022 Pukul 08.00 WIB s.d selesai. Kegiatan dimulai dengan pemeriksaan kesehatan dasar seperti pengukuran tekanan darah dan gula darah, kemudian dilanjutkan dengan pendidikan kesehatan.

Sasaran dari kegiatan ini adalah kurang lebih 30 petani di Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember. Jumlah target sasaran hanya terbatas 25-30 orang saja dalam rangka mentaati aturan protokol kesehatan, dan agar pelaksanaan pendidikan kesehatan menjadi lebih optimal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Salah satu masalah yang sering dialami oleh pekerja adalah kelelahan (*fatigue*), yaitu sekitar 20% pekerja menunjukkan gejala kelelahan kerja. Kelelahan kerja ditandai dengan menurunnya performa kerja dan beberapa faktor seperti perasaan kelelahan bekerja, kurangnya motivasi, serta penurunan aktivitas mental dan fisik (Setyowati, 2014). Kelelahan kerja ditandai dengan mata lelah, mengantuk, hingga dapat tidur saat bekerja (Prakoso dkk, 2018). Kelelahan kerja akan mengganggu pekerjaan dan berdampak pada menurunnya kinerja, serta dapat mengakibatkan kecelakaan kerja.

Salah satu pekerjaan informal yang berisiko terkena gangguan kesehatan dan kelelahan kerja akibat lingkungan kerja adalah petani. Data berdasarkan Survei Angkatan Kerja Nasional menunjukkan sebanyak 38,29 juta jiwa bekerja di sektor pertanian dan perkebunan dan rata-rata sebagian besar mengalami kelelahan kerja akibat berbagai faktor (BPS, 2016).

Petani seringkali mengalami kelelahan. Beberapa faktor penyebabnya yaitu beban kerja, waktu kerja yang cukup lama > 8 jam perhari, dan kurangnya waktu istirahat. Petani mengeluhkan gatal-gatal pada daerah tangan dan kaki, sering berkeringat, cepat haus, cenderung lupa, penurunan konsentrasi, dan ketidaknyamanan pada bahu dan punggung. Keluhan tersebut merupakan tanda-tanda kelelahan kerja (Rahayu, 2017).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja pada petani yaitu umur, lama kerja, dan sikap kerja (Latief dkk, 2022). Umur akan mempengaruhi metabolisme basal individu. Semakin tua individu maka metabolisme basal akan semakin turun sehingga akan mudah mengalami kelelahan (Suma'mur, 2014). Lama kerja akan berakibat pada keadaan alami tubuh seperti tidur, kesiapan bekerja, dan proses otonom lainnya, yang menyebabkan peningkatan produksi asam laktat. Sehingga semakin lama individu bekerja kan semakin rentan mengalami kelelahan kerja (Hastuti, 2015). Faktor lain yaitu sikap kerja, semakin jauh posisi bagian tubuh dari pusat gravitasi tubuh atau semakin tidak ergonomis maka akan semakin tinggi beban kerja yang berdampak pada munculnya rasa lelah (Suma'mur, 2014).

Teknik latihan relaksasi otot progresif merupakan salah satu teknik relaksasi otot yang mampu mengatasi keluhan kecemasan, insomnia, kelelahan, kram otot, nyeri leher dan pinggang, tekanan darah tinggi, phobia ringan dan gagap (Anindita, 2012; Prasetya, 2016). Relaksasi otot progresif dilakukan dengan cara mengencangkan dan mengendurkan sekelompok otot tubuh. Berdasarkan penelitian Adinda dkk (2022) didapatkan bahwa ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap kelelahan kerja pada petani karet. Relaksasi ini menyebabkan otot menjadi lebih rileks sehingga dapat mengurangi kelelahan kerja pada petani.

Pengaruh terapi relaksasi otot progresif dalam mengatasi kelelahan kerja pada petani dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Mengurangi ketegangan otot: Melalui latihan relaksasi otot progresif, petani dapat belajar mengenali dan merelaksasikan otot-otot yang tegang akibat aktivitas fisik yang berat. Pengurangan ketegangan otot ini dapat membantu mengurangi kelelahan dan memperbaiki kondisi fisik.
- b. Meningkatkan pemulihan fisik: Terapi relaksasi otot progresif membantu mempercepat proses pemulihan fisik setelah bekerja. Dengan merelaksasikan otot-otot yang lelah,

aliran darah dan oksigen ke jaringan-jaringan tubuh dapat meningkat, yang akhirnya membantu mempercepat pemulihan dan mengurangi kelelahan.

- c. Mengurangi stres dan kecemasan: Petani sering menghadapi tekanan dan stres yang tinggi dalam pekerjaan. Terapi relaksasi otot progresif dapat membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan dengan membantu mereka merasakan ketenangan dalam tubuh dan pikiran.
- d. Meningkatkan kualitas tidur: Kelelahan kerja yang berat dapat mengganggu pola tidur petani. Terapi relaksasi otot progresif dapat membantu merilekskan tubuh dan pikiran sebelum tidur, sehingga meningkatkan kualitas tidur. Dengan tidur yang berkualitas, petani akan merasa lebih segar dan energik untuk menghadapi pekerjaan sebagai petani.

Melalui terapi relaksasi otot progresif, petani dapat memperoleh manfaat fisik dan mental yang signifikan dalam mengatasi kelelahan kerja yang berat. Dengan merelaksasikan otot-otot yang tegang, dapat mengurangi stres, dan meningkatkan kualitas tidur. Dengan demikian terapi ini dapat membantu petani merasa lebih segar, bugar, dan siap menghadapi pekerjaan.

Secara garis besar hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang adaptasi stres kerja, adanya peningkatan pemahaman tentang dukungan kesehatan jiwa psikososial, adanya peningkatan kesadaran menerapkan upaya mengatasi stres kerja, dan adanya peningkatan ketrampilan petani dalam mengatasi masalah psikologis (kecemasan) dengan teknik relaksasi napas dalam, dan relaksasi otot progresif.

Beberapa faktor pendorong yang menunjang keberhasilan kegiatan ini yaitu: adanya kerjasama yang baik antara pelaksana kegiatan dengan mitra yang terlibat, dan peserta yang kooperatif selama kegiatan. Faktor penghambat dalam kegiatan ini yaitu: beberapa peserta kurang memahami bahasa Indonesia, sehingga beberapa penjelasan perlu diterjemahkan dulu dengan Bahasa Madura, dan beberapa peserta ada kendala dalam membaca dan menulis sehingga perlu dilakukan pembimbingan pada penjelasan yang tertulis di leaflet.





KESIMPULAN

Sosialisasi dan motivasi menerapkan manajemen stres akibat stress akibat kelelahan kerja perlu ditingkatkan dengan sasaran yang lebih luas dan lebih intensif. Upaya utama dalam upaya promotif dan preventif menghadapi stress kerja pada petani meliputi kemampuan mengenali masalah kesehatan jiwa (tanda gejala stress akibat kerja), kemampuan adaptasi stress, dan keterampilan dalam mengatasi stress kerja. Salah satu cara mengendalikan stress atau kecemasan akibat kelelahan kerja yaitu dengan teknik relaksasi napas dalam dan relaksasi otot progresif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, khususnya kepada Fakultas Keperawatan yang telah memberikan dukungan pendanaan, serta kepada Kepala Desa dan Kepala Puskesmas Sukoreno, Kec. Kalisat, Kab. Jember selaku mitra kegiatan ini.

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, et al. 2022. Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Kelelahan dan Kualitas Tidur pada petani penyadap karet di PTPN XII kebun Kalisenen, Jember. *Jurnal Pustaka Kesehatan*, vol.10 no.2.
- Anindita B. 2012. Pengaruh teknik relaksasi progresif terhadap tingkat kecemasan pada

- klien skizofrenia paranoid di RSJD surakarta. Skripsi. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah.
- BPS [Badan Pusat Statistik]. Penduduk 15 tahun ke Atas yang bekerja menurut Lapangan Pekerjaan Utama 1989-2016. Badan Pusat Statistik: Jakarta.
- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2020). Petunjuk Teknis Pelayanan Puskesmas Pada Masa Pandemi COVID-19. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit, Kementerian Kesehatan RI. (2020).
- Fadhillah, Luthfi M. 2010. Analisis Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Dengan Dukungan Sosial Sebagai Variabel Moderating (Studi Pada PT. Coca Cola Amatil Indonesia, Central Java). Semarang : Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hastuti D. 2015. Hubungan Antara Lama Kerja dengan Kelelahan pada Pekerja Kontruksi Kelelahan Pada Pekerja Konstruksi di PT. Nusa Raya Cipta Semarang. [Skripsi]. Universitas Negeri Semarang: Semarang.
- Laili, Eli and Cahyo, Herman. 2018. Pengembangan Kawasan Pertanian Berbasis Tanaman Pangan di Kecamatan Wuluhan, Kabupaten Jember. *Journal of Regional and Rural Development Planning*. Vol. 2. Doi: 10.29244/jp2wd.2018.2.3.209-217.
- Latief, Ade Wira L. dkk. 2022. FAktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada petani. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. Vol.4 no.1. Sarana Ilmu Indonesia.
- Lisdiana. 2014. Regulasi Kortisol Pada Kondisi Stres Dan Addiction. *Biosaintifika* 4 (1):18-26.
- Maghfiroh, Intan, dkk. 2017. Hubungan Stres Dan Motivasi Kerja Dengan Hasil Kerja Operator Jahit PO. Seventeen Glory Salatiga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(3): 278-285. [serial online] [https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/arti cle/viewFile/17237/16494](https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/arti%20cle/viewFile/17237/16494)
- Maurits, L. S. K. 2012. *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Amara Books.
- Ningrum, Sari Mulia; Erti Ikhtiarini Dewi; Enggal Hadi K. 2020. Hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja Petani Karet di PTPN XII Kebun Renteng, Ajung-Jember. *Pustaka Kesehatan*, [S.l.], v. 8, n. 3, p. 188-194, sep. ISSN 2721-3218.
- Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa Dan Psikososial Pada Pandemi Covid-19. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Perry, A, G., & Potter, P.A. 2005. *Buku ajar fundamental keperawatan: Konsep, proses dan praktik*. (Ed 4). (Y. Asih, Terj.). Jakarta: EGC.
- Prakoso, D.I, Setyaningsih Y, & Kurniawan B. Hubungan karakteristik individu, beban kerja, dan kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada tenaga kependidikan di institusi kependidikan X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2018; Vol. 7(2): 2356-3346.
- Rahayu R. 2017. Gambaran kelelahan kerja pada petani rumput laut di kecamatan pa'jukukang kabupaten bantaeng. Skripsi. Makassar: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin.
- Setyawati, K. 2010. *Selintas Tentang Garment Gunungpati Semarang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Amara Books.
- Setyowati DL, Shaluhiah Z, & Widjasena B. Penyebab kelelahan kerja pada pekerja mebel. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 2014; Vol. 8(8): 2460-0601.
- Stuart, G.W., (2013). *Principles and practice of psychiatric nursing 10th edition*. Missouri: Mosby Elsevier Inc.
- Suma'mur. 2014. *Higiene Perusahaan Dan Kesehatan Kerja (Hiperkes)*. Jakarta: Sagung Seto.

- Susanto, T. dan R. Purwandari 2015. Model perawatan kesehatan keselamatan kerja berbasis agricultural nursing.
- Susilowati, Nugroho; Emi, Fitrio. 2020. The Relationship between Self-Efficacy and Subjective Well Being among Tobacco Farmers. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*. Vol. 8. DOI: 10.24198/jkp.v8i2.1377
- Townsend, Mary C., 2014. *Essentials Of Psychiatric Mental Health Nursing: Concept Of Care In Evidence-Based Practice*, Sixth Edition. Philadelphia: Davis Company.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Jiwa.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 38 Tahun 2014 Tentang Keperawatan.
- Wijayaningsih. 2014. *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media.