

**KOMUNIKASI TERAPEUTIK
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES LANSIA
DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI SEJAHTERA**

ROCHMANITA

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

JURUSAN ILMU KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM KALIMANTAN MUHAMMAD ARSYAD ALBANJARI

BANJARMASIN

E-mail: daffarizki2014@gmail.com

ABSTRAK

ROCHMANITA,NPM.16110088 ” KOMUNIKASI TERAPEUTIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI SEJAHTERA ” Bimbingan Bapak Drs.Ir.H.Sanusi,M.I.Kom sebagai pembimbing Utama dan Ibu Risa Dwi Ayuni,S.I.Kom,M.Si sebagai Co Pembimbing.

Latar belakang penelitian ini adalah para lansia yang berada di panti memiliki permasalahan sosial yang berbeda yang menimbulkan stres dan gangguan tekanan psikologis sehingga membutuhkan perawatan yang panjang. komunikasi yang dikenal sebagai tehnik penyembuhan disebut komunikasi terapeutik

Permasalahannya adalah untuk mengetahui bagaimana komunikasi Terapeutik dalam penurunan tingkat stres lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru Kalimantan Selatan selain itu untuk mengetahui hambatan dan upaya dalam pelaksanaan komunikasi terapeutik.

Metode penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, yang pengumpulan datanya menggunakan tehnik observasi,wawancara dan studi pustaka. Data dikumpulkan kepada enam orang informan subyek penelitian perawat dan lansia yang berada di panti .

Hasil penelitian menunjukkan komunikasi terapeutik dengan lansia para perawat menggunakan tehnik tehnik khusus dan memahami prinsip komunikasi terapeutik dengan baik . komunikasi terapeutik perawat di PSTW Budi Sejahtera perawat melakukan strategi pendekatan fisik ,psikis ,sosial dan spiritual .Hambatan perawat dalam melakukan komunikasi terapeutik karena penurunan kondisi fisik lansia yaitu menurunnya fungsi pendengaran lansia, penurunan fungsi daya ingat dan masih belum terbangunnya rasa percaya terhadap perawat .Upaya yang dilakukan perawat dalam mengatasi hambatan tersebut selain memahami kondisi keadaan klien perawat melakukan pendekatan secara fisik , psikologis dan memberikan motivasi terhadap klien untuk mengikuti kegiatan yang ada di panti agar membuat lansia merasa nyaman dan bahagia berada di panti .

Kata kunci : Komunikasi Terapeutik , Penurunan stres, Lansia

ABSTRACT

ROCHMANITA, NPM.16110088 "THERAPEUTIC COMMUNICATION ON THE REDUCTION OF THE ELDERLY STRESS IN THE SOCIAL ORPHANAGE OF WERDHA BUDI SEJAHTERA" Guidance by Drs.Ir.H.Sanus, MIKom as Main Advisor and Mrs. Risa Dwi Ayuni, SIKom, M.Sc. Mentor.

The background of this research is the elderly who are in institutions that have different social problems that cause stress and psychological disturbances that require long care. communication known as a healing technique is called therapeutic communication

The problem is to find out how Therapeutic communication in reducing the stress level of the elderly in Tresna Werdha Budi Sejahtera Social Institution in Banjarbaru, South Kalimantan, in addition to knowing the obstacles and efforts in implementing therapeutic communication.

The research method uses a qualitative descriptive approach, the data collection using observation techniques, interviews and literature study. Data was collected to six informants of research subjects of nurses and elderly who were in the orphanage.

The results showed therapeutic communication with elderly nurses using special technical techniques and understanding the principles of therapeutic communication well. Nurse Therapeutic Communication at PSTW Budi Sejahtera Nurse carries out a physical, psychological, social and spiritual approach. Nurses' inhibition in conducting therapeutic communication due to a decrease in the physical condition of the elderly is decreasing the hearing function of the elderly, decreased memory function and still not building trust in nurses. nurses do in overcoming these obstacles in addition to understanding the conditions of the client's condition nurses take a physical, psychological approach and motivate the client to participate in activities in the institution to make the elderly feel comfortable and happy to be in the institution.

Keywords : Therapeutic Communication, Stress reduction,Elderly

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya yaitu anak, dewasa dan tua. tiga tahap ini berbeda baik secara biologis maupun psikologis.

stres memberi dampak secara total pada individu yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, social dan spiritual, stres dapat mengancam keseimbangan psikologis. banyak faktor yang mempengaruhi keadaan stress pada lansia antara lain perubahan kondisi kesehatan fisik yang menurun. kondisi psikologis lebih berperan signifikan dalam mempengaruhi tingkat stress pada lansia seperti sifat, kepribadian, cara pandang dan juga tingkat pendidikannya. adanya konflik keluarga serta kondisi lingkungan yang buruk juga bisa menjadi pemicu stres bagi lansia.

Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan adalah Panti Jompo di bawah naungan Pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan yang beralamat di jl. A yani km 21.700 Landasan ulin utara Provinsi Kalimantan Selatan. saat ini di PSTW Budi Sejahtera landasan ulin menampung sekitar 113 orang lanjut usia . yang memiliki kategori lansia sekitar 62 perempuan sekitar 51 laki laki . Jumlah pegawai panti sekitar 59 orang termasuk jumlah petugas honorer. para lansia yang masuk di PSTW memiliki permasalahan sosial ekonomi, latar belakang dan budaya yang berbeda beda. para lansia yang tidak memiliki keluarga, terlantar di jalanan karena ditinggalkan dan karena factor kemiskinan termasuk keluarga tidak mampu menghidupi lansia tersebut. prosedur pelayanan PSTW Budi Sejahtera melayani para lansia terlantar diseluruh wilayah Kalimantan Selatan. berbagai permasalahan lansia misalnya tidak cocok dengan menantu, seringnya cek cok dalam keluarga, merasa menjadi beban berat anak dalam hidup sehari hari karna kondisi kemiskinan, kondisi sakit yang terus menerus sehingga di abaikan oleh keluarga bahkan ada pula yang tidak menganggap lagi sebagai orang tua, tentu sering menjadi pemicu tingkat stress bagi lansia . ketidaksiapan masuk ke dalam panti tentu menjadi beban tersendiri bagi para lansia karna bagaimanapun lansia terkadang berharap bahwa keluarganya yang

akan mengurusnya hingga akhir hayat, berpisah dengan kerabat , tetangga yang selama ini banyak memberikan bantuan akhirnya harus terpisah . adaptasi pada saat masuk panti tentu menjadi persoalan yang sangat sulit untuk para lansia. Oleh karena itu lansia yang berada di panti perlu dukungan dan penanganan baik dari kesehatan maupun dari segi psikologis. Lansia yang masuk ke panti akan tinggal di sebuah wisma yang disediakan untuk tempat tinggal para lansia dan akan mendapatkan bimbingan oleh seorang pengasuh, perawat dan petugas lainnya dengan demikian perawat memiliki peranan penting dalam berkomunikasi terhadap lansia karena perawat selama 24 jam berinteraksi langsung terhadap lansia , sehingga diharapkan perawat memiliki kemampuan dan ketrampilan dalam membantu lansia dalam beradaptasi dengan stres sehingga mampu mewujudkan pelayanan lansia tentram lahir batin. PSTW Budi Sejahtera memiliki 13 buah wisma yang menjadi tempat tinggal para lansia , dalam satu wisma berisi 8 sampai 10 lansia . sangat tidak mudah para lansia bisa langsung beradaptasi dengan teman barunya yang berada dalam satu wisma . pertengkaran , perselisihan , cara pandang , sifat, perbedaan budaya dan kebiasaan yang berbeda beda lansia sering menjadi faktor pemicu tingkat stres para lansia yang tinggal di panti . sehingga perlu penanganan dari pihak panti seperti pekerja sosial, perawat maupun pengasuh dalam menangani permasalahan lansia tersebut.

Mengkaji efektivitas komunikasi Terapeutik yang dilakukan perawat dalam penurunan tingkat stres pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru Kalimantan Selatan tentu menjadi persoalan menarik, terkait dengan itu penulis ingin sekali untuk lebih mendalaminya dengan melakukan penelitian. Pentingnya Komunikasi Terapeutik Dalam Penurunan Tingkat Stres Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi sejahtera Banjarbaru Kalimantan Selatan adalah lansia dapat memelihara hubungan dan mengembangkan kedekatan dan keakraban . melalui komunikasi dapat menjalin rasa cinta dan kasih sayang. di samping cara demikian dapat mengurangi rasa kesepian atau rasa stres dan depresi, karena dengan komunikasi dapat mengutarakan masalah-masalah yang sedang dialami, mengurangi beban pikiran, berbagi pendapat dan meningkatkan rasa

bahagia yang pada akhirnya menurunkan tingkat stres pada lansia.

TINJAUAN PUSTAKA

1. Pengertian Komunikasi

Istilah komunikasi berpagkal pada perkataan latin Communis yang artinya membuat kebersamaan atau membangun kebersamaan atau membangun kebersamaan antara dua orang atau lebih. Komunikasi juga berasal dari akar kata dalam bahasa Latin, Communico, yang artinya membagi. Banyak pengertian dari para ahli yang memberikan definisi mengenai komunikasi berdasarkan sudut pandang mereka masing-masing.

2. Tujuan Komunikasi

- a. Mempelajari atau mengajarkan sesuatu
- b. Mempengaruhi perilaku seseorang
- c. Mengungkapkan perasaan
- d. Menjelaskan perilaku sendiri atau perilaku orang lain
- e. Berhubungan dengan orang lain
- f. Menyelesaikan sebuah masalah
- g. Mencapai sebuah tujuan
- h. Menurunkan ketegangan dan menyelesaikan konflik
- i. Menstimulasi minat pada diri sendiri atau orang lain

3. Unsur- Unsur Komunikasi

- a. Sumber
- b. Pesan
- c. Media
- d. Penerima
- f. Tanggapan Balik
- e. Lingkungan atau situasi

4. Dimensi Komunikasi

- a) Komunikasi Interpersonal dapat didefinisikan “Memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal. Kedekatan hubungan pihak-pihak yang berkomunikasi akan tercermin pada jenis-jenis pesan atau respons nonverbal mereka seperti sentuhan, tatapan mata yang ekspresif dan jarak fisik yang sangat dekat.
- b) Proses Komunikasi Interpersonal
Proses komunikasi ialah langkah-langkah yang menggambarkan terjadinya kegiatan komunikasi.

5. Jenis Komunikasi

- a. Komunikasi verbal dengan kata-kata
- b. Komunikasi Non Verbal
- c. Komunikasi Terapeutik

6. Stres

stres merupakan reaksi tertentu yang muncul pada tubuh yang bisa di sebabkan oleh berbagai tuntutan, misalnya ketika manusia menghadapi tantangan tantangan yang penting.

Stres pada lansia

Stres pada lanjut usia tersebut dapat diartikan sebagai kondisi tidak seimbang, tekanan atau gangguan yang tidak menyenangkan, yang terjadi menyeluruh pada tubuh dan dapat mempengaruhi kehidupan, yang tercipta bila orang yang bersangkutan melihat ketidaksepadanan antara keadaan dan system sumber daya biologis, psikologis dan sosial yang berkaitan dengan berfikir dan respon dari ancaman dan bahaya pada lanjut usia.

METODE PENELITIAN

1. Metode Pendekatan

Penelitian yang digunakan menggunakan metode penelitian kualitatif . yaitu penelitian dengan pendekatan psikologi untuk memahami fenomena sosial yang memfokuskan pada alasan tindakan sosial.

Alasan peneliti menggunakan metode ini karena peneliti ingin menjelaskan secara mendalam mengenai komunikasi terapeutik dalam penurunan tingkat stres lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru Kalimantan Selatan.

2. a) Sumber Data

Informan dalam penelitian ini adalah 3 orang Perawat, dan 3 orang lansia di PSTW Budi Sejahtera Banjarbaru.

b) Sumber Data Sekunder

Data ini digunakan untuk mendukung dan melengkapi data primer yang diperoleh. Sumber data penelitian ini diambil melalui jurnal,arsip dan internet yang berkaitan dengan masalah penelitian ini.

3. Metode Pengumpulan Data

Observasi

Jenis observasi dalam penelitian ini adalah observasi tidak terlibat atau non participant observation artinya peneliti akan mengamati aktivitas komunikasi interpersonal terapeutik antara perawat dan pasien dan pengasuh terhadap pasien dalam penurunan tingkat stress lansia di PSTW Budi sejahtera banjarbaru.

Wawancara

Jenis wawancara dalam penelitian ini adalah wawancara menggunakan pedoman wawancara mendalam (in depth interview). Hal ini di maksudkan untuk kepentingan yang lebih mendalam dengan lebih memfokuskan pada persoalan persoalan yang menjadi pokok penelitian. Wawancara akan di lakukan kepada 3 orang perawat dan lansia 3 orang lansia.

4. Metode Penyajian Data

Pada bab ini peneliti akan menguraikan data dan hasil penelitian tentang permasalahan komunikasi Terapeutik terhadap penurunan tingkat stress lansia . data data hasil penelitian diperoleh dari tehnik observasi,dokumentasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti.informan dari penelitian ini terdiri 6 orang informan yang di wawancarai diantaranya 3 orang perawat yang bernama saidah, sumi maryati dan Abdul Hadi dan 3 orang lansia . Berikut penyajian data data – data hasil penelitian

Untuk tahap analisis, yang dilakukan peneliti adalah membuat daftar pertanyaan untuk wawancara, pengumpulan data dan analisis data yang di lakukan sendiri oleh peneliti. Untuk dapat mengetahui sejauh mana informasi yang diberikan oleh informan penelitian , peneliti menggunakan beberapa tahap :

1. Menyusun draf pertanyaan wawancara mengenai komunikasi terapeutik terhadap penurunan tingkat stres lansia yang akan di tanyakan pada narasumber atau informan
2. Melakukan wawancara dengan pekerja social ,perawat dan lansia
3. Melakukan dokumentasi langsung di lapangan untuk melengkapi data data yang berhubungan dengan penelitian
4. Memindahkan data penelitian yang berbentuk daftar dari semua daftar pertanyaan yang di ajukan kepada narasumber atau informan
5. Menganalisis hasil data wawancara yang telah dilakukan.

PEMBAHASAN

Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera

Perawatan Lansia di Panti Sosial Tresna werdha Budi sejahtera merupakan salah satu usaha pemerintah dalam penanganan lanjut usia terlantar dengan harapan lanjut usia dapat menikmati hidupnya dengan rasa aman, tentram lahir dan batin. Adapun jenis pelayanan dalam panti berupa pelayanan pengasramaan, jaminan hidup, bimbingan sosial, mental dan spiritual. salah satu layanan yang ada di PSTW Budi sejahtera adalah perawat (tenaga kesehatan) professional dan proporsional yang sigap untuk membantu pasien. banyak faktor yang mempengaruhi stres yang dialami oleh para lansia bersumber dari beberapa aspek fisik, psikologis dan sosial misalnya karena kemiskinan, terlantar, penurunan fungsi fisik kesepian karena jauh dari keluarga , ketidakpedulian anggota keluarga, konflik keluarga dan kematian pasangan hidup sehingga menimbulkan gejala yang terlihat yaitu lansia memiliki tingkat emosi yang tidak stabil, marah marah tanpa sebab, mudah tersinggung, klien teriak – teriak, menangis ,melamun ,menutup diri, tidak mau bersosialisasi dengan teman , tidak mau mengikuti kegiatan yang ada di panti bahkan ada yang melakukan tindakan kekerasan terhadap klien lain yang berada di wisma sehingga tidak hanya memperburuk kondisi kesehatan dan psikisnya tetapi juga menimbulkan ketidaknyaman teman yang berada di wisma apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat oleh pihak panti agar lansia dapat menikmati masa hidupnya dengan perasaan aman,tentram lahir batin. Oleh karena itu perlu penanganan yang baik dari perawat maupun pekerja sosial agar lansia yang berada di panti tidak terus terpuruk baik secara fisik maupun secara psikologis . sehingga perlu penanganan yang diberikan kepada lansia . Salah satu bentuk komunikasi yang seorang perawat jalankan adalah komunikasi terapeutik untuk membantu pasien lansia untuk mengurangi beban perasaan dan pikiran dengan melakukan komunikasi terapeutik terhadap penurunan tingkat stres lansia di PSTW Budi Sejahtera Banjarbaru adalah melalui pendekatan baik melalui pendekatan fisik , psikis, sosial dan spiritual . Tehnik yang di gunakan perawat dalam menurunkan tingkat stres lansia adalah dengan mendengarkan dengan penuh perhatian merupakan upaya untuk mengerti seluruh pesan verbal dan non verbal yang sedang di komunikasikan . keterampilan mendengarkan dengan penuh perhatian adalah dengan memandang klien saat berbicara , pertahankan kontak mata terhadap klien yang mengajak bicara ,

hindari gerakan yang tidak perlu. membantu klien untuk mengungkapkan keresahan dan perasaan sedihnya dengan menggunakan pertanyaan terbuka misalnya , mendengarkan dengan baik apa yang lansia sampaikan dengan meluangkan waktu untuk bisa bercengkerama dengan lansia di selingi dengan humor saat berkomunikasi dengan lansia .humor memiliki beberapa fungsi dalam hubungan terapeutik dapat meningkatkan kesadaran mental dan mampu menurunkan kecemasan klien dan membuat suasana lebih santai dikarenakan tertawa mampu mengurangi stres dan rasa sakit akibat stres. kesabaran dan ketelitian dalam memberikan kesempatan dan waktu yang cukup untuk menerima berbagai bentuk keluhan dengan upaya tersebut lansia merasa dirinya di perhatikan dan masih ada orang lain yang peduli kepadanya.perawat menggunakan humor saat melakukan interaksi terhadap lansia ,memberikan sapaan salam, senyum, salam saat bertemu dengan lansia, memberi sentuhan dan motivasi dalam bentuk dukungan agar lansia mampu bersosialisasi dengan baik di lingkungan sekitarnya memberikan dukungan kepada lansia untuk mengikuti kegiatan yang dilaksanakan di panti untuk menguatkan mental dan spiritual sehingga menimbulkan ketenangan batin. perawat memberikan reword atau pujian saat lansia menunjukkan kemajuan kecil yang di lakukannya. pentingnya komunikasi terapeutik pada proses penyembuhan lansia dalam penanganan fisik maupun psikis lansia merupakan unsur yang paling penting dalam proses perawatan komunikasi ini diwujudkan dalam kalimat kalimat yang sopan, ramah dengan perilaku yang mendukung sehingga lansia yang berada di panti memiliki perasaan aman ,nyaman ,senang dan gembira dalam menjalani sisa hidupnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan data yang diperoleh dan di analisa maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Dalam melakukan komunikasi terapeutik dengan lansia , para perawat di PSTW Budi Sejahtera Banjarbaru menggunakan tehnik khusus mendengarkan dengan penuh perhatian, mendengarkan berbagai keluhan lansia, memberi sapaan, salam, senyum, menggunakan humor, pujian, sentuhan saat melakukan komunikasi terapeutik dengan klien dan memberikan motivasi dalam mengikuti kegiatan kegiatan di panti. selain

tehnik komunikasi terapeutik, perawat juga melakukan pendekatan baik secara fisik , psikis , sosial dan spiritual . perawat juga selalu memperhatikan sikapnya saat berkomunikasi dengan lansia beberapa sikap tersebut antara lain berhadapan dengan klien, menampilkan sikap tubuh yang rileks dan mempertahankan sikap terbuka. Komunikasi terapeutik yang perawat dan klien merupakan hal yang penting dalam menurunkan tingkat stres lansia sehingga lansia di panti bisa bersosialisasi dengan baik , menumbuhkan rasa percaya diri dan mampu melakukan aktivitas sehari hari dilingkungan panti dengan baik sehingga lansia bisa merasa nyaman dan bahagia menjalani masa tua yang bahagia.

2. Hambatan perawat dalam melakukan komunikasi terapeutik di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera menurunnya fungsi daya ingat klien, menurunnya fungsi pendengaran klien , sebagian lansia belum terbangunnya rasa percaya terhadap perawat .

3. Upaya yang di lakukan perawat dalam mengatasi hambatan tersebut perawat melakukan pendekatan pendekatan baik secara fisik dan psikologis dan melakukan upaya berbicara pelan pelan dari depan, pertahankan kontak mata dengan klien, menggunakan kalimat pendek dengan tempo pelan, mengulangi pertanyaan sampai klien mengerti apa yang kita sampaikan sedangkan upaya yang dilakukan saat berkomunikasi dengan lansia yang mengalami penurunan fungsi pendengaran pastikan posisi wajah saat berkomunikasi tidak berjauhan, agar saat pendengaran lansia tidak maksimal lansia ini tetap bisa melihat gerakan bahasa bibir lawan bicara, memilih tempat yang terang agar lansia bisa membaca ekspresi lawan bicara sehingga maksud akan mudah terlihat, matikan media kebisingan agar lansia saat diajak bicara basa focus, berbicara dengan jelas, lambat sedikit diperjelas menggunakan kalimat yang pendek, memanfaatkan isyarat dan ekspresi non verbal dan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh lansia dalam meningkatkan hubungan saling percaya perawat melakukan pendekatan – pendekatan baik pendekatan fisik, psikis, sosial dan spiritual diharapkan lansia memiliki kepercayaan dan terbuka terhadap perawat sehingga lansia merasa nyaman dan gembira dalam menjalani sisa hidupnya.

SARAN

Berdasarkan penelitian yang membahas mengenai komunikasi terapeutik terhadap penurunan tingkat stres lansia perlu di tingkatkan kualitasnya demi peningkatan kualitas pelayanan terhadap klien, maka perlunya peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Dalam menerapkan teknik komunikasi terapeutik para perawat dan pengasuh hendaknya melakukan tekniknya secara menyeluruh. Hal ini dilakukan agar tujuan dari komunikasi terapeutik dapat tercapai secara maksimal.
2. Pegawai panti memberikan motivasi kepada lansia agar lebih aktif dalam melakukan kegiatan bimbingan keagamaan dan bimbingan mental agar supaya mendapatkan ketentraman dan ketenangan jiwa dan raga sebagai bekal hari tua.
3. Kepada pihak panti untuk meningkatkan keterampilan perawat dengan mengikuti pelatihan – pelatihan tentang teknik komunikasi terapeutik secara intens.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, S.M. & Al-Fandi, H.. (2007). Kenapa Harus Stres : Terapi Stres Ala Islam. Jakarta : Amzah
- Arwani 2003, Komunikasi Dalam Keperawatan, Jakarta:EGC
- Aw, Suranto, 2011. Komunikasi Interpersonal. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Brecht, G.. (2000). Mengenal dan Menanggulangi Stres. Jakarta : PT Prenhalindo.
- Cangara, Hafieed .2007. Pengantar Ilmu Komunikasi, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Chaplin J. P.. (2006). Kamus Psikologi. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Chaplin J. P.. (2006). Kamus Psikologi. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Damaiyanti, Muhriyah. 2008. Komunikasi Terapeutik dalam Praktek Keperawatan. Bandung: Refika Aditama
- Damayanti, MN 2008, Teori Komunikasi Analisis dan Aplikasi, Jakarta: Salemba Humaika
- Hawari, D.. (2004). Al-Qur'an : Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa. Yogyakarta : PT. Dana Bhakti Prima Yasa.
- Herbert, T.B. & Cohen, S.. (1996). Measurement Issues in Research on Psychosocial Stress. dalam Psychosocial Stress: Perspectives on Structure, Theory, Life-course, and Methods. H. B. Kaplan (ed.), Hal. 295-332. New York : Academic Press Inc
- Hurlock, E.B. (1980). Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Interactions (Seventh Edition). New York: John Wiley & Sons, Inc Jakarta : Amzah
- Kasana, N. (2014). Hubungan Antara Komunikasi Terapeutik dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea di Ruang Ponek RSUD Karanganyar. Skripsi: Stikes Kusuma Husada.
- Mulyani 2008, Komunikasi dan Hubungan Terapeutik Perawat-Klien Pedak, M.. (2009). Metode Suspernot Menakhlukan Stres. Jakarta: Hikmah. Rakyat Rentan Kehidupan. Jakarta : Erlangga
- Sarafino, E.P. & Smith, T.W.. (2012). Helath Psychology : Biopsychosocial
- Wilkinson, G.. (2002). Stres. Penerjemah, Christine Pangemanan. Jakarta : Dian Rakyat
- Wiryanto, 2004. Pengantar Ilmu Komunikasi, Jakarta: PT. Gramedia Widayasan