

Hubungan Manajemen Diri Dengan Kejadian Gastritis Di Desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Raja Tahun 2023

Yulie Safitri¹, Muhammad Nizar Syarif Hamidi², Alini³

^{1,2,3}Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Riau, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: 28, November, 2024

Revised: 03, Desember, 2024

Available online: 09, Desember, 2024

KEYWORDS

Self management, gastritis, teenager

Manajemen diri, gastritis, remaja

CORRESPONDENCE

E-mail: yuliesafitri15@gmail.com

No. Tlp : +6282213115308

ABSTRACT

Gastritis is inflammation that occurs in the lining of the stomach wall. Gastritis in adolescents occurs due to self-management. The aim of the research is to determine the relationship between self-management and the incidence of gastritis in adolescents in Lubuk Sakat Village, UPT Puskesmas Pantai Raja Work Area in 2023. This type of research is quantitative with a cross-sectional design. This research was conducted on 28-31 August 2023 with a sample size of 148 people using stratified random sampling techniques. Data collection used the Self Management Questionnaire and the Gastritis Support Questionnaire. Data analysis used univariate and bivariate analysis with chi square. The results of the research showed that 9 respondents (100%) had good self-management, 48 respondents with moderate self-management (100%), 91 respondents (100%) with poor self-management and 79 (53%) respondents experienced gastritis. There is a relationship between self-management ($p=0.044$) and the incidence of gastritis in adolescents. It is hoped that for respondents and their families this research can be used as additional understanding of respondents to improve self-management in order to avoid incidents or reduce recurrence of gastritis.

ABSTRAK

Gastritis adalah peradangan yang terjadi pada lapisan dinding lambung. Gastritis pada remaja terjadi karena manajemen diri. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan manajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja di Desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Raja Tahun 2023. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 28-31 Agustus 2023 dengan jumlah sampel sebanyak 148 orang menggunakan teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan Kuesioner Manajemen Diri dan Kuesioner Pendukung Gastritis. Analisa data digunakan analisa univariat dan bivariat dengan *chi square*. Hasil penelitian bahwa sebanyak 9 responden (100%) memiliki manajemen diri baik, responden dengan manajemen diri sedang terdapat 48 (100%), responden dengan manajemen diri kurang terdapat 91 responden (100%) dan terdapat 79 (53%) responden yang mengalami gastritis. Terdapat hubungan antara manajemen diri ($p=0,044$) dengan kejadian gastritis pada remaja. Diharapkan bagi responden dan keluarganya penelitian ini dapat dijadikan tambahan pemahaman responden untuk meningkatkan manajemen diri agar dapat menghindari kejadian atau mengurangi kekambuhan penyakit gastritis.

PENDAHULUAN

Di era globalisasi saat ini masyarakat dihadapkan dengan permasalahan kesehatan penyakit tidak menular (PTM) yang terus meningkat, salah satunya penyakit gastritis yang disebabkan karena gaya hidup yang kurang sehat. Gastritis atau umumnya dikenal dengan sebutan “maag” merupakan peradangan pada saluran cerna yang menyerang pada lambung dan ditandai dengan gejala seperti mual, muntah, nyeri, perdarahan, fatigue, dan nafsu makan berkurang. Ada 2 jenis gastritis yaitu gastritis kronik dan akut dengan

penyebab yang berbeda. Jenis gastritis kronis berhubungan dengan infeksi lambung yang disebabkan oleh bakteri *Helicobacteri Pylori*, dimana ketika dilakukan pemeriksaan fisik pasien mengalami nyeri tekan di daerah epigastrium atau tukak lambung (Purbaningsih, 2020).

Penyakit gastritis dapat bersifat kronik dan dapat diderita oleh semua kalangan usia, tidak terkecuali remaja (Nuari & Widayati, 2021). Pada penatalaksanaan suatu peyakit, terutama pada penyakit yang bersifat kronik diperlukan manajemen diri untuk mencegah dan meminimalkan kekambuhan. Self manajemen merupakan suatu perilaku yang memfokuskan pada peran dan tanggung jawab individu dalam pengelolaan penyakitnya sendiri (Kisokanth et al., 2013).

Badan organisasi kesehatan dunia World Health Organization (WHO) setelah mengadakan tinjauan pada 8 negara dan memperoleh data preva prevalensi gastritis didunia yaitu Amerika 47%, India 43%, Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, Prancis 29,5%, dan khususnya Indonesia 40,8% di Indonesia mendapatkan persentase paling tinggi di kota Medan 91,6%, di Surabaya 31,2%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, Bandung 32,5%, Palembang 35,35%, Aceh 31,7%, dan Pontianak 31,2%, Kemenkes RI dalam (Sari, 2021).

Berdasarkan dari profil kesehatan Provinsi Riau pada tahun 2019, gastritis menjadi 10 penyakit terbesar yang mencapai 91.522 kasus (8,2%) pasien yang dirawat inap di rumah sakit Provinsi Riau (Dinas kesehatan, 2019). Berdasarkan Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar tahun 2022, gastritis berada pada urutan ke-3 dengan penderita berjumlah 22.688 kasus. Penderita gastritis mengalami kenaikan pada tahun 2022 dimana pada tahun 2020 yang mengalami gastritis berjumlah 2.667 kasus, pada tahun 2021 kejadian gastritis berjumlah 5.661 kasus. Kejadian gastritis mengalami kenaikan sebanyak 17.027 kasus.

Berdasarkan Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2022 dapat dilihat kasus tertinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Kampar berada di Puskesmas Pantai Raja dengan jumlah 1.899 (13,39%) kasus. Pantai raja memiliki 5 Desa, yang mana dengan kasus gastritis tertinggi berada di Desa Lubuk Sakat dengan total 595 (31,33%) penderita yang dikelompokkan dalam kriteria usia 15-19 tahun sebanyak 126 (21,17%) penderita.

Penderita gastritis akan berdampak lebih buruk jika tidak dapat mengontrol manajemen dirinya. Menurut penjelasan (Isnaini & Taufik, 2016), tujuan dari manajemen diri adalah untuk membantu pasien mengatur perilakunya dan lebih mengamati dirinya sendiri terhadap kejadian faktor-faktor yang mempengaruhi diri. Faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diri gastritis yaitu sosial dan kesiapan. Faktor kesiapan (intrinsik) misalnya dorongan/motivasi untuk berubah perilaku seseorang, dan faktor sosial (ekstrinsik) seperti orang tua, teman dan masyarakat.

Menurut Perkeni dalam (Nuari & Widayati, 2021) manajemen diri memungkinkan remaja dapat meningkatkan keterampilan dalam menyelesaikan masalah, meningkatkan keyakinan diri dan juga pengetahuan. Manajemen diri pada remaja berhubungan erat terhadap pengalaman dalam menghadapi suatu penyakit atau suatu masalah spesifik mengenai kesehatannya. Remaja dengan penyakit gastritis ini dapat melakukan pengelolaan penyakitnya secara mandiri salah satunya dengan menerapkan perilaku hidup sehat seperti menjaga pola makan, melaksanakan aktifitas fisik seperti berolahraga, manajemen stress dan tidak merokok. Dengan cara ini dapat mencegah, mengendalikan dan mengurangi dampak penyakit yang

dideritanya (D Widayati, 2020). Pengelolaan diri ini sangat penting diterapkan oleh remaja pada masa sekarang, untuk menghindari penyakit gastritis dan untuk mencegah kekambuhan berulang gastritis pada remaja.

Berdasarkan penelitian (Nuari & Widayati, 2021) dengan judul Peningkatan Self Manajemen Penyakit Gastritis Melalui Gastroeduweb Pada Remaja. Menunjukkan manajemen diri pada remaja sebelum diberikan Gastroeduweb didapatkan lebih dari setengah (57,5%) responden memiliki manajemen diri gastritis dalam kriteria kurang dan terdapat hampir (42,5%) responden memiliki manajemen diri gastritis dalam kategori cukup.

Dari hasil survei awal yang dilakukan peneliti di Desa Lubuk Sakat Wilayah kerja UPT Puskesmas Pantai Raja pada tanggal 27 Maret 2023 terhadap 10 responden di dapatkan 40% responden mengalami gejala gastritis dan 60% di antaranya belum memahami manajemen diri gastritis. Berdasarkan wawancara di dapatkan sebagian besar responden menyukai makanan pedas, minuman bersoda, kopi, dan mempunyai pola makan yang tidak teratur. Aktivitas harian dan tugas sekolah yang banyak sering kali berdampak pada aspek psikologis, yaitu stress.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat di rumuskan permasalahan pada penelitian ini yaitu Apakah ada hubungan manajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja di wilayah kerja UPT Puskesmas Pantai Raja Tahun 2023.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei-Agustus 2023 dengan jumlah sampel sebanyak 148 orang menggunakan teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner manajemen diri dan kuesioner pendukung gastritis. Kuesioner ini diambil dari penelitian Wulandari (2022) dan penelitian Fanda (2020) terkait dengan kejadian gastritis dan Manajemen diri. Kuesioner ini dilakukan uji instrument kepada 30 responden yang memiliki karakteristik yang sama dengan responden yang akan dilakukan penelitian. Uji validitas instrument menggunakan dengan rumus korelasi *Pearson Product Moment*. Kuesioner di katakan valid jika r hitung lebih besar dari r tabel 0,361 (Sugiyono, 2011). Hasil validitas yang dilakukan didapatkan bahwa instrument tersebut dinyatakan valid.

Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji *chi square*. Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariat tergantung jenis datanya. Untuk data numerik digunakan mean (rata-rata), median dan standar deviasi (Notoatmodjo, 2018). Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2018).

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan manajemen diri dengan kejadian penyakit gastritis pada remaja di Desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Pantai Raja. Pengumpulan data dilakukan

secara *door to door* pada tanggal 1-4 juli 2023 dengan jumlah sampel sebanyak 148 orang. Pengukuran kejadian gastritis dan manajemen diri menggunakan kuesioner.

Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia dan Pendidikan

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	62	41,9
Perempuan	86	58,1
Total	148	100
Usia (Tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
15	19	12,8
16	22	15
17	30	20,2
18	40	27
19	37	25
Total	148	100
Pendidikan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
SMP	30	20,27
SMA	118	79,73
Total	148	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 148 responden, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 86 orang (58,1%), responden usia 18 tahun menjadi usia paling banyak dalam penelitian ini berjumlah 40 orang (27%), dan sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 118 orang dengan persentase (79,73%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Gastritis

Kejadian Gastritis	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ya	79	53
Tidak	69	47
Total	148	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 148 responden terdapat sebanyak 79 (53%) responden menderita gastritis.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Manajemen Diri

Manajemen		
Diri	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	9	6
Sedang	48	32,5
Kurang	91	61,5
Total	148	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 148 responden terdapat sebanyak 91 (100%) responden memiliki manajemen diri dalam kategori kurang baik.

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Manajemen Diri dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Didesa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Pantai Raja Tahun 2023

Manajemen Diri	Kejadian Gastritis				Total		P Value
	Ya Gastritis		Tidak Gastritis		n	%	
	N	%	n	%			
Baik	5	55,6	4	44,4	9	100	0,044
Sedang	26	54,2	22	45,8	48	100	
Kurang	48	53,4	43	46,6	91	100	
Total	79	53,4	69	46,6	148	100	

Berdasarkan Tabel 4.5 didapatkan hasil bahwa dari 9 (100%) responden dengan manajemen diri baik terdapat 4 (44,4%) responden yang tidak mengalami gastritis, didapatkan 48 (100%) responden dengan manajemen diri sedang, terdapat 22 (45,8) responden yang tidak mengalami gastritis, sedangkan dari 91(100%) responden dengan manajemen diri kurang terdapat 48 (53,4) responden yang mengalami gastritis.

Hasil uji *statistik chi-square* diperoleh nilai p value= 0,044 (p <0,05). Hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen diri dengan kejadian gastritis.

PEMBAHASAN

Hubungan Manajemen Diri Dengan Kejadian Gastritis Di desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Perhentian Raja Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian responden memiliki manajemen diri kurang dan mengalami gastritis sebanyak 48 (52,7%) responden. Hal ini disebabkan karena responden tidak mengatur pola makan seperti sering mengonsumsi makanan pedas, bersoda, cepat saji dan terlambat makan sehingga menimbulkan naiknya asam lambung yang menyebabkan terjadinya gastritis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Oktaviana (2022) dengan hasil uji chi-square diperoleh p value = 0,002 < α = 0,05 berarti terdapat hubungan antara manajemen diri terhadap kejadian penyakit gastritis pada mahasiswa STIKES Nani Hasanuddin Makassar. Penelitian ini juga sejalan dengan Nuari (2021) dengan hasil uji chi-square diperoleh p value = 0,001 < α = 0,05berarti terdapat hubungan antara manajemen diri terhadap kejadian penyakit gastritis pada remaja.

Menurut teori, gastritis merupakan suatu inflamasi pada lapisan mukosa dan submukosa lambung. Penyebab terjadinya gastritis adalah faktor agresif dan defensif yang tidak seimbang. Salah satu penyebab ketidak seimbangan faktor agresif-defensif adalah konsumsi OAINS. Obat antinflamasi nonsteroid adalah golongan obat yang digunakan untuk mengobati reumatoid arthritis, osteoarthritis, dan meredakan nyeri. Sehingga terjadi kerusakan lambung dan usus dua belas jari, yang terjadi karena penggunaan OAINS yang

berlebihan. Kerusakan mukosa secara topikal terjadi karena OAINS bersifat lipofilik dan asam, sehingga mempermudah trapping ion hydrogen masuk mukosa dan menimbulkan ulseras. Efek sistematis OAINS lebih penting yaitu kerusakan mukosa lambung terjadi akibat produksi postagladin yang menurun.

Menurut teori bahwa frekuensi pola makan yang baik adalah terbagi 3 waktu diantaranya adalah makan pagi, makan siang dan makan malam. Makan pagi atau sarapan tidak bisa diabaikan karena berpengaruh pada kerja tubuh dari pagi hingga siang. Jenis makanan sangat berperan dalam pengosongan lambung (Endah Sari Purbaningsih, 2020).

Menurut asumsi peneliti responden yang manajemen diri kurang yang tidak mengalami gastritis disebabkan karena mekanisme pertahanan tubuhnya yang baik, kemudian lambungnya tidak bermasalah meskipun sering mengonsumsi makanan pedas, kopi, makanan cepat saji dan terlambat makan, tetapi masih dalam batas toleransi yang tidak memicu peningkatan asam lambung.

Menurut asumsi peneliti responden yang memiliki manajemen diri baik tetapi mengalami gastritis disebabkan karena pada saat penelitian responden sudah mengalami gejala seperti sering mual dan muntah jika terlambat makan, ini disebabkan karena lapisan mukosa lambung yang tipis dan lemah sehingga menimbulkan gejala gastritis pada responden.

Menurut Mutmainah Handayani (2018) bahwa gaya hidup seseorang akan sangat mempengaruhi status kesehatan, mulai dari aktifitas, istirahat dan tidur sampai ke pola makan. Dalam hal ini pola makan berperan penting dalam kesehatan karena jenis makanan yang kita makan akan menjadi energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Namun karena terburu-buru, seseorang sering lupa memperhatikan pola makan, menganggap yang terpenting adalah perut kenyang, sehingga menyebabkan gangguan pencernaan atau maag.

Manajemen diri adalah keterampilan penting yang akan membantu individu untuk mengatur pola hidupnya, manajemen diri merupakan kegiatan seseorang untuk mengatur dirinya sendiri dalam melakukan perubahan sebagai respon terhadap faktor eksternal kognitif, afektif, dan psiko-motorik, selain itu, self-management atau self-regulation merupakan upaya untuk membentuk tingkatan yang lebih tinggi tujuan sebagai strategi proaktif setelah strategi reaktif tercapai (Syawaludin, Suprpto, and Sutanto, 2020).

Diketahui Faktor yang menyebabkan terjadinya kejadian gastritis adalah perilaku yang kurang baik, sehingga anak muda sekarang yang memiliki perilaku yang kurang baik atau manajemen diri seperti pola makan tidak teratur, di karenakan karena aktivitas sekolah yang cukup padat, sehingga mengalami gejala gastritis. Dan Lambung akan terus memproduksi asam lambung setiap waktu dalam jumlah yang kecil, setelah 4 sampai dengan 5 jam sesudah makan biasanya kadar glukosa dalam darah telah terserap dan terpakai sehingga tubuh akan merasakan lapar dan pada saat itu jumlah asam lambung terstimulasi. Maka hal ini manajemen diri tidak baik dapat mempengaruhi remaja terhadap gejala gastritis dan kejadian gastritis, dan apabila manajemen diri baik maka tidak mempengaruhi remaja terhadap gejala gastritis dan kejadian gastritis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan terdapat hubungan manajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja di Desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Raja tahun 2023 dengan nilai p value = 0,044. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti diharapkan dapat dijadikan tambahan pemahaman responden untuk meningkatkan manajemen diri agar dapat menghindari kejadian atau mengurangi kekambuhan penyakit gastritis.

Bagi puskesmas Pantai Raja diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang meningkatkan manajemen diri kepada remaja agar mengurangi penderita penyakit gastritis atau kekambuhan penyakit gastritis. Serta, bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih banyak mengenai faktor penyebab kejadian gastritis lainnya seperti manajemen stress, prepektif diri, hubungan antar manusia yang dapat mempengaruhi kejadian gastritis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ucapkan terimakasih kepada dosen pembimbing, dosen penguji, Kepala Desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Raja, seluruh responden, serta bapak dan ibu dosen Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, orang tua dan teman sejawat.

REFERENSI

- Akbar, R. A. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Klien Gastritis Dengan Nyeri Akut Di Ruang Dahlia II RSUD Ciamis. *Bhakti Kencana University*.
- Diany. (2014). Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri. In *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri*.
- Dwi, S., Handayani, A. P., cecep Eli, Kosasih, & Priambodo. (2012). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kekambuhan Pasien Gastritis Di Puskesmas Jatinangor. *Fakultas Ilmu Keperawatan Padjadjaran*, 1–15.
- Fitrah, Y. (2017). *Pola Makan Mahasiswa Dengan Gastritis Yang Terlibat* (Nomor 1-jun-2017). UIN Syarif Hidayatullah Jakarta : Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan.
- Hartono. (2011). *Analisis Data Statiska dan Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Hidayat. (2018). *Buku Metodologi Penelitian Dan Teknik Anakisis data*.
- Huzaifah, Z. (2017). *Hubungan Pengetahuan Tentang Penyebab Gastritis dengan Perilaku Pencegahan Gastritis (Relationship Of Knowledge About Gastritis Causes With Gastritis Prevent Behavior)*. 1(1), 28–31.
- Isnaini, F., & Taufik. (2016). Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 16(2), 33–42. <https://journals.ums.ac.id/index.php/humaniora/article/view/1842>
- Kisokanth, G., S, P., J, I., & J, J. (2013). Factor unfluencing self - management of Diabetes Mellitus; a review article. *Jurnal of Diabetology*, 3(October), 1–7.
- Maidartati, Ningrum, tita puspita, & Fauzia, P. (2021). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja di Bandung Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya , Indonesia*. 3(1).
- Muhdin. (2018). Pengaruh Kemampuan Diri Dan Kesiapan Untuk Berubah Terhadap Kinerja Yang Di Mediasi Oleh Motivasi Kerja. *Manohara Center Of Borobudur Study Kabupaten Manggelang*.
- Mulat, T. C. (2016). Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Masyarakat Terhadap Penyakit Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Barombong Kota Makassar. *JKSHSK*, 1, 884–891.

- Murtaqib, & Kushariyadi. (2019). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*.
- Notoatmodjo. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*.
- Nuari, nian afrian, & Widayati, D. (2021). *Peningkatan Self Management Penyakit Gasritis Melalui Gastroeduweb Pada Remaja*. 13(2), 141–151. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v13i2.5826>
- Oktavina, C., Kadrianti, E., & Arham, A. (2022). Pengaruh Manajemen Diri Terhadap Penyakit Gastritis Pada Mahasiswa. *ilmiah mahasiswa & penelitian keperawatan*, 1, 668–674.
- Purbaningsih, endah sari. (2020). *analisis faktor gaya hidup yang berhubungan dengan resiko kejadian gastritis berulang*. 2(5), 50–60.
- Putro. (2017). Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *APLIKASIA : Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 1–8.
- Rizky, I. I., Kepel, B. J., & Killing, M. (2019). Hubungan Penanganan Awal Gastritis Dengan Skala Nyeri Pasien Ugd Rumah Sakit Gmim Bethesda Tomohon. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24335>
- Safitri, F. E. (2020). Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Sambil Bekerja Di Fakultas Psikologi Dan Kesehatan. *Walisongo*. epirints.walisongo.ac.id
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*.
- Wijaya, S. A., & Putri, M. Y. (2017). *KMB 2 Keperawatan Medikal Bedah Keperawatan Dewasa*. Nuha Medika.
- Wulandari. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja Dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan Dan Keperawatan. *Keperawatan Anak*, 2, 39–43.