

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENDIDIKAN, TINGKAT PENDAPATAN, SALAT TAHAJUD DAN REKREASI DENGAN STRES ORANGTUA DARI PENDERITA AUTIS

RELATIONSHIP BETWEEN EDUCATION LEVEL, INCOME LEVEL, TAHAJUD PRAYER, RECREATION WITH STRESS ON PARENTS OF AUTISTIC PATIENTS

Suriyani Januwarsih¹, N Juni Triastuti²

¹Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

Koresponden: Suriyani Januwarsih. Alamat email : j500160032@student.ums.ac.id

Stres merupakan ketegangan seseorang baik secara psikologis atau fisiologis akibat stimulus (internal ataupun eksternal) yang dapat merugikan, baik stimulus fisik, mental, maupun emosional yang dapat mengganggu fungsi organisme yang sesungguhnya ingin dihindari oleh organisme tersebut. Orangtua yang mempunyai anak autis ditemukan cenderung mempunyai pengalaman stres yang lebih tinggi daripada orangtua yang mempunyai anak normal. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, salat tahajud dan rekreasi dengan stres pada orangtua dari penderita autis. Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross sectional yang dilakukan pada bulan Oktober 2019. Besar subjek penelitian adalah 55 responden. Pengambilan data stres menggunakan kuesioner DASS42 (Depression Anxiety and Stress Scale), data tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, salat tahajud dan rekreasi didapatkan menggunakan angket. Data dianalisis menggunakan uji chi square dan uji regresi logistik. Hasil uji chi square didapatkan stres dan tingkat pendapatan ($p=0.002$), stres dan tingkat pendidikan ($p=0.000$), stres dan salat tahajud ($p=0.000$), dan stres dan rekreasi ($p=0.000$). Terdapat adanya hubungan antara stres dan tingkat pendapatan, adanya hubungan antara stres dan tingkat pendidikan, adanya hubungan antara stres dan salat tahajud, dan adanya hubungan antara stres dan rekreasi.

Kata Kunci: *Stres, Pendidikan, Pendapatan, Tahajud, Rekreasi*

Stress is a person's tension both psychologically or physiologically as a result of the stimulus (internal or external) that can be detrimental, both physical, mental, and emotional stimuli that can interfere with the functioning of the organism that the organism actually wants to avoid. Parents who have autistic children are found to be more likely to experience stressful experiences than parents who have normal children. The purpose of research was to determine the relationship between education level, income level, tahajud prayer and recreation with stress on parents of autistic patients. The research uses a cross sectional design implemented in October 2019. Research subjects were 55 respondents. Retrieval of stress data using the DASS 42 (Depression Anxiety and Stress Scale) questionnaire and other data with a questionnaire. Data were analyzed using chi

square test and logistic regression test. Chi square test results obtained stress and income level ($p = 0.002$), stress and education level ($p = 0.000$), stress and prayer midnight prayer ($p = 0.000$), and stress and recreation ($p = 0.000$). There is a relationship between stress and income level, stress and education level, stress and tahajud prayer, and stress and recreation.

Keywords: *Stress, Education, Income, Tahajud, Recreation*

PENDAHULUAN

Data dari *Center for Disease Control and Prevention* (CDC) pada tahun 2012 di Amerika Serikat telah diidentifikasi bahwa didapatkan 1:68 dengan Kelainan Spektrum Autisme dimana kejadian pada anak laki 4.5 kali dari anak perempuan. Data pada tahun 2018 mengalami peningkatan 15 persen dalam prevalensi secara nasional menjadi 1 dari 59 anak-anak. Kira kira 1:6 anak mengalami gangguan tipe ringan contohnya seperti gangguan bicara dan bahasa sampai tipe berat yaitu gangguan intelektual, *cerebral palsy* dan autisme (CDC, 2018). Menurut Direktur Bina Kesehatan Jiwa Kementerian Kesehatan mengatakan, dapat diperkirakan pada tahun 2013 terdapat 112.000 anak di Indonesia menyandang autisme pada rentang usia sekitar 5-19 tahun. Tahun

2015 diperkirakan terdapat kurang lebih 12.800 anak penyandang autisme dan 134.000 penyandang spektrum autisme (Judarwanto, 2015).

Orangtua yang mempunyai anak autisme ditemukan cenderung mempunyai pengalaman stres yang lebih tinggi daripada orangtua yang mempunyai anak normal (Vidyasagar & Koshy, 2010). Prevalensi di Indonesia saat ini diperkirakan sekitar 1,33 juta penduduk yang mengalami gangguan kesehatan mental atau stres, angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk, dan mencapai 1-3% dengan tingkat stres akut (stres berat) (Langiran, *et al.*, 2015).

Tingkat pendidikan yang dimiliki oleh orangtua, dapat dilihat bagaimana orangtua tersebut mengasuh dan merawat anak yang memiliki kebutuhan khusus dengan baik dan benar. Dalam Undang-

undang Republik Indonesia juga disebutkan tentang Sistem Pendidikan Nasional BAB IV Pasal 17 Ayat 1, 2, 3 Tahun 2003. Tingkat pendidikan orang tua dibedakan menjadi 3 kategori, yaitu pendidikan dasar termasuk SD (Sekolah Dasar), pendidikan menengah termasuk SMP (Sekolah Menengah Pertama) dan SM baik SMA (Sekolah Menengah Atas) maupun SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) dan pendidikan tinggi termasuk perguruan tinggi (S1, S2, S3) (Saputro & Nurhayati, 2014)

Pendapatan orang tua merupakan penghasilan berupa uang yang diterima sebagai balas jasa dari kegiatan selama bekerja baik dari sektor formal maupun informal selama satu bulan bekerja dalam satuan rupiah. Aktivitas yang dilakukan seorang anak membutuhkan finansial dari orang tuanya, apalagi orangtua yang mempunyai anak yang menderita autisme akan lebih banyak membutuhkan biaya yang diperlukan untuk kebutuhan sehari-

hari, pendidikan khusus maupun terapi (Hariyanto, 2014).

Salat Tahajud memiliki latar belakang tersendiri, mengapa harus dilaksanakan. Tahajud mempunyai arti bangun dari tidur. Salat tahajud merupakan salat sunah yang dikerjakan pada waktu malam hari dan dilakukan setelah tidur terlebih dahulu. Salat tahajud disyariatkan kepada Nabi Muhammad SAW setelah turun Surat Al Muzzammil (Muiz bin Nur, 2014). Saat seseorang melaksanakan salat tahajud secara teratur maka akan memberikan respon yang baik dan dapat memperbaiki persepsi seseorang yang pada awalnya memiliki stresor berat akan berangsur-angsur akan mengurangi stresor tersebut (Triastuti & Rhaisya, 2018).

Rekreasi dapat didefinisikan sebagai waktu yang dihabiskan untuk beristirahat/mengisi energi dan mengambil bagian dalam kegiatan yang dilakukan setelah melaksanakan tugas dan kegiatan wajib, seperti pekerjaan

(HD & S, 2016). Penerapan dan ritme kegiatan rekreasi diperkirakan akan memberikan kontribusi yang besar terhadap peningkatan kesehatan fisik dan mental individu yang menetap kemudian dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan *persentase* individu yang sehat dalam masyarakat (Aksoy, *et al.*, 2017).

Berdasarkan sumber-sumber peneliti menemukan bahwa sebelumnya telah dilakukan penelitian pada tahun 2007 oleh Agustin Tri Susilowati yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Tingkat Stres Orangtua Dari Anak Autis”. Kemudian oleh Muhammad Fatwa Riskiyan pada tahun 2018 yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Dan Status Sosial Ekonomi Terhadap Tingkat Kecemasan Orang Tua Yang Mempunyai Anak Autistik Di Slb Negeri 1 Surakarta”.

Berdasarkan uraian di atas peneliti timbul ketertarikan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Tingkat

Pendidikan, Tingkat Pendapatan, Salat Tahajud dan Rekreasi Dengan Tingkat Stres pada Orangtua Dari Penderita Autis.” Dari penelitian ini peneliti berharap dapat meneliti tingkat stres orangtua yang memiliki anak yang menderita autisme dari segi pendidikan orangtua, pendapatan perbulan yang diperoleh orangtua, segi religius orangtua dalam menghadapi stres dengan melaksanakan salat tahajud pada malam hari serta berekreasi bersama keluarga.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* yang dilakukan pada bulan Oktober 2019 di SLB di wilayah Surakarta. Besar subjek penelitian adalah 55 responden. Pengambilan data stres menggunakan kuesioner DASS42 (*Depression Anxiety and Stres Scale*), data tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, salat tahajud dan rekreasi didapatkan menggunakan angket. Data dianalisis menggunakan uji *chi square* dan uji regresi logistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini berjumlah 70 orang dan sampel yang

memenuhi kriteria restriksi adalah 55 orang dengan karakteristik seperti dalam tabel 1

Tabel 1. Analisis univariat

Variabel	Jumlah
a. Stres	
Tidak Stres	20
Stres	35
b. Tingkat Pendidikan	
Pendidikan rendah	28
Pendidikan tinggi	27
c. Tingkat Pendapatan	
Pendapatan rendah	29
Pendapatan tinggi	26
d. Salat Tahajud	
Jarang	25
Sering	30
e. Rekreasi	
Kurang	26
Cukup	29

Data primer, 2019

Data pada tabel 1 menunjukkan responden berjumlah 55 orang. Variabel stres diukur menggunakan kuesioner DASS-42 kemudian didapatkan responden yang tidak stres berjumlah 35 orang dan responden yang stres berjumlah 20 orang. Variabel tingkat pendidikan diukur dari tingkatan pendidikan kemudian didapatkan responden dengan pendidikan rendah

berjumlah 28 orang dan responden dengan pendidikan tinggi berjumlah 27 orang. Variabel tingkat pendapatan diukur dari pendapatan orangtua perbulan kemudian didapatkan responden dengan pendapatan rendah berjumlah 29 orang dan responden dengan pendapatan tinggi berjumlah 26 orang. Variabel salat tahajud didapatkan responden yang jarang salat tahajud

berjumlah 25 orang dan responden yang sering salat tahajud berjumlah 30 orang. Variabel rekreasi diukur dengan angket kemudian didapatkan responden yang kurang rekreasi berjumlah 26 orang dan

responden yang cukup rekreasi berjumlah 29 orang.

Uji analisis antara stres dengan tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, salat tahajud dan rekreasi menggunakan uji *chi-square* seperti dalam tabel 2.

Tabel 2. Uji *Chi Square*

Stres					Nilai p
	Stres		Tidak stres		
	N	%	N	%	
Tingkat Pendapatan					
Pendapatan rendah	16	55,2%	13	44,8%	0,002
Pendapatan tinggi	4	15,4%	22	84,6%	
Tingkat Pendidikan					
Pendidikan rendah	15	53,6%	13	46,4%	0,007
Pendidikan tinggi	5	18,5%	22	81,5%	
Salat tahajud					
Jarang	13	52,0%	12	48,0%	0,028
Sering	7	23,3%	23	76,7%	
Rekreasi					
Kurang	18	69,2%	2	30,8%	0,000
Cukup	2	6,9%	27	93,1%	

Data primer, 2019

Tabel 2. menunjukkan hasil dari uji bivariat dengan menggunakan uji *chi square* antara stres dengan tingkat pendidikan yang didapatkan nilai p = 0.000, maka nilai p < 0.05 ini

menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres dengan tingkat pendidikan. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ryo, *et al.*, 2013), didapatkan hasil uji statistik

dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai $p=0,075$ atau $p>0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pendidikan dengan stres kerja pada perawat yang bertugas di UGD dan ICU RSUD Datoe Binangkang Kota Kotamobagu. Pada penelitian ini tingkat pendidikan menjadi faktor yang berhubungan dengan stres kerja karena dapat dilihat tingkat pendidikan akhir SMA semuanya mengalami stres kerja dari jumlah perawat SMA yang ada.

Pada uji bivariat antara stres dan tingkat pendapatan didapatkan nilai $p = 0.002$, maka terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan tingkat pendapatan responden karena nilai $p<0,005$. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nining pada tahun 2008 yang menyebutkan bahwa kelompok keluarga yang termasuk katagori miskin (penghasilan perbulan < Rp 183.067,00) memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan kelompok keluarga katagori tidak miskin

Tanggung jawab orangtua dalam mengasuh anak yang menderita autisme dapat menimbulkan stres pada orangtua. Permasalahan yang dialami seperti masalah perilaku anak, kemampuan anak, masalah biaya yang diperlukan, pendidikan dan terapi, serta masalah hubungan dengan anggota keluarga yang lain atau kurang adanya dukungan sosial yang menyebabkan stres (Kusumastuti, 2014).

Pada uji bivariat antara stres dengan rekreasi didapatkan hasil nilai $p = 0,000$ berarti ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara rekreasi dan stres pada responden. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh (Aksoy, *et al.*, 2017) yang menunjukkan bahwa individu yang berpartisipasi dalam kegiatan rekreasi memiliki skor total kualitas hidup yang lebih tinggi serta dapat mengurangi tingkat stres. Di sisi lain, dari penelitian didapatkan faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup individu yang

berpartisipasi dalam kegiatan rekreasi yang disebabkan oleh dimensi fungsi fisik, peran fisik, dan peran emosional yang mempengaruhi stres yang terjadi pada manusia. Pada kegiatan rekreasi yang dilakukan dapat memberikan pengalaman langsung dilapangan melalui kegiatan-kegiatan di alam terbuka (*outdoor*) misalnya *study tour*, perjalanan lapangan dan petualangan di alam terbuka (*outdoor adventures*) serta kegiatan-kegiatan lainnya (*Aperoniska, et al., 2015*).

Pada uji bivariat antara stres dan salat tahajud didapatkan hubungan yang signifikan dengan nilai $p = 0,000$ yang didukung oleh penelitian yang sejalan dengan hasil tersebut yaitu dilakukan oleh Azis Ritonga dan Bilqis Azizah (2018) yang menunjukkan pada kelompok eksperimental terjadi penurunan stres dari 17,2 menjadi 6,47 setelah salat tahajud sehingga dapat disimpulkan bahwa salat tahajud efektif untuk menurunkan stres mahasiswa. Penelitian

ini sejalan dengan teori yang telah dikemukakan oleh beberapa ahli yang berkaitan hubungan salat tahajud dengan penurunan nilai stres antara lain dilihat dari gerakan salat tahajud yang memiliki manfaat untuk melancarkan peredaran darah serta relaksasi (El-Sutha, 2016).

Salat tahajud yang dilakukan dengan penuh kesungguhan, ikhlas, dan terus-menerus diduga dapat menumbuhkan persepsi dan motivasi positif pada individu yang melakukannya serta mengefektifkan coping stres. Selain bernilai ibadah, salat tahajud juga merupakan syarat dengan muatan psikologis yang dapat mempengaruhi kontrol kognisi dengan cara memperbaiki persepsi dan motivasi positif individu, dan coping yang lebih efektif. (Triastuti & Rhaisya, 2018). Adanya kejadian stres yang berlebihan akan mengakibatkan peningkatan sekresi berlebih dari hormone kortisol yang kemudian dapat menyebabkan penurunan fungsi retraksi memori dari hippocampus dan amigdala

akibat blockade reseptor glukokortikoid (Melaku, *et al.*, 2015).

Pada tabel 3. menunjukkan uji multivariat dengan uji regresi logistik dan didapatkan hubungan yang saling berkaitan antara stres dengan tingkat pendidikan dan rekreasi. Variabel tingkat pendapatan dan salat tahajud tidak menunjukkan adanya keterkaitan yang

berhubungan dengan stres karena nilai $p > 0,05$ yaitu didapatkan nilai $p = 0,205$ dan nilai $p = 0,194$. Sedangkan nilai p pada tingkat pendidikan dan rekreasi menunjukkan nilai $p < 0.05$, itu menyatakan bahwa ada hubungan yang saling mempengaruhi dengan variabel stres.

Tabel 3. Uji Regresi Logistik

Variabel	B	OR Exp (B)	Sig.
Tingkat Pendidikan	1.938	6.943	0,047
Tingkat Pendapatan	1.205	3.338	0,205
Salat Tahajud	1.229	3.417	0.194
Rekreasi	3.744	42.286	0.000
Constant	-2.661	0.070	

Data primer, 2019

Dari hasil uji regresi logistik, didapatkan hasil bahwa:

- a. Nilai OR (exp. B) Constant bernilai positif sehingga variabel tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, salat tahajud dan rekreasi berpengaruh terhadap stres responden.
- b. Nilai OR (exp. B) variabel tingkat pendidikan responden sebesar

6.943, sehingga tingkat pendidikan rendah berisiko 6.943 kali lipat mempunyai risiko dengan stres.

- c. Nilai OR (exp. B) variabel tingkat pendapatan responden sebesar 3.338, sehingga tingkat pendapatan rendah berisiko 3.338 kali lipat mempunyai risiko dengan stres.

- d. Nilai OR (exp. B) variabel salat tahajud responden sebesar 3.417,

- sehingga jarang salat tahajud berisiko 3.417 kali lipat mempunyai risiko dengan stres.
- e. Nilai OR (exp. B) variabel rekreasi responden sebesar 42.286, sehingga kurang rekreasi berisiko 42.286 kali lipat mempunyai risiko dengan stres.
 - f. Dari nilai OR (exp. B) yang paling mempengaruhi variabel stres adalah variabel rekreasi karena mempunyai nilai OR yang paling besar dan mempunyai nilai $p = 0,000$ yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan salat tahajud pada orangtua dari penderita autisme
 4. Terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan rekreasi pada orangtua dari penderita autisme.
 5. Tidak terdapat hubungan yang saling berkaitan, karena didapatkan nilai p yang tidak signifikan pada tingkat pendapatan dan salat tahajud, sedangkan tingkat pendidikan dan rekreasi menunjukkan nilai p yang signifikan.

Saran dalam penelitian ini:

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan tingkat pendidikan pada orangtua dari penderita autisme.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan tingkat pendapatan pada orangtua dari penderita autisme
1. Bagi SLB diharapkan untuk meningkatkan tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, salat tahajud dan rekreasi agar dapat mengurangi tingkat stres pada orangtua dari penderita autisme.
2. Bagi peneliti lain, diharapkan untuk dapat mengkaji lebih banyak sumber dan referensi yang terkait dengan judul yang sejenis. Penelitian

selanjutnya dapat dikembangkan lebih luas dan menambah sampel yang diteliti.

PERSANTUNAN

Ucapan terimakasih prnulis haturkan kepada dr. Yusuf Alam Romadhon, M. Kes, dr. Anika Candrasari, M. Kes dan dr. N Juni Triastuti, M.Med.Ed yang telah memberikan bimbingan, saran dan kritik dalam penelitian ini. Serta Semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu semua proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Aksoy, Y., Cankaya, S. & Tasmektepligil, M., 2017. The Effects of Participating in Recreational Activities on Quality of Life and Job Satisfaction. *Universal Journal of Educational Research*, 5(6), pp. 1051-1058.

Aperoniska, Hamdy, M. & Muhtar, 2015. Penerapan Olahraga Rekreasi

Dalam Meningkatkan Kesegaran Jasmani Terhadap Siswa Kelas X TIK SMK Negeri 1 Belimbing. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*.

Baxter, A. J., Bregka, T. S., Ergline, H. E. & Scheurer, R. W., 2014. The Epidemiology and Global Burden of Autism Spectrum Disorders. *Journal Psychological Medicine*, Volume 45.

CDC, 2018. Prevalence and Characteristic of Autism Spectrum Disorders Among 4 Year-Old. *The Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*.

El-Sutha, S. H., 2016. *Shalat Samudra Hikmah*. Jakarta: WahyuQolbu.

Hariyanto, H., 2014. Pengaruh Pendidikan, Pekerjaan Dan Pendapatan Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Ekonomi Pada Siswa Sma. *Jurnal Ekonomi*

- Pendidikan Dan Kewirausahaan*, Volume 2, pp. 171-185.
- Ijudarwanto, W., 2015. *Jumlah Penderita Autis di Indonesia*. [Online] Available at: klinikautis.com/2015/09/06/jumlah-penderita-autis-diindonesia. [Accessed 25 July 2019].
- KEMENDIKBUD, 2018. *Statistik Persekolahan RSP 2017/2018*. Jakarta, Kemendikbud.
- Kementerian, S., 2010. *Pemberdayaan Keluarga. Studi Evaluasi AKSK Sulawesi Utara, Sumatera Barat, Kalimantan Selatan dan Jawa Timur*. [Online] Available at: puslit.depsos.go.id/upload/pust/files/58209e7ca032f61af6a36426f799ae1947.pdf [Accessed 28 Agustus 2019].
- Kupriyanov, R. & Zhdanov, R., 2014. The Eustress Concept: Problems and Outlooks. *World Journal of Medical Sciences*, Volume 2, pp. 179-185.
- Kusumastuti, A. N., 2014. Stres Ibu Tunggal yang Memiliki Anak Autis. *Jurnal Psikologi*, Volume 2.
- Langiran, Aziz, M. & Berlianawati, N., 2015. aktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, Volume 2, pp. 197-202.
- Melaku, L., Mossie, A. & Negash, A., 2015. Stress Among Medical Students And Its Association With Substance Use And Academic Performance. *Journal Of Biomedical Education*.
- Muiz bin Nur, A., 2014. *Mukjizat Terapi Sholat Tahajjud*. Jakarta: Pustaka Makmur.

- Mujiyanti, D., 2011. *Tingkat Pengetahuan Ibu dan Pola Konsumsi Pada Anak Autis di Kota Bogor*. Bogor: Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor.
- Nining, N., 2008 . Pengaruh Keadaan Sosial, Ekonomi, Gaya Hidup, Status Gizi dan Tingkat Stres Terhadap Tekanan Darah. *Jurnal Gizi dan Pangan Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor*.
- Ryo, S. G., Joy, A. R. & Rahayu, H. A., 2013. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Stres Kerja pada Perawat Di Ruang ICU DAN UGD RSUD Datoe Binangkang Kabupaten Bolaang Mongondow. *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam ratulangi Manado*.
- Saputro, M. C. & Nurhayati, F., 2014. Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Orang Tua Dengan Status Gizi Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 02(03), pp. 627-630.
- Suhariyanto, D., 2018. *Statistik Pendapatan Agustus 2018*. Jakarta: BPS-Statistic Indonesia.
- Triastuti, N. J. & Rhaisya, A. O., 2018. Hubungan Antara Sholat Tahajud dan Puasa Senin Kamis dengan Tingkat Ansietas Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Vidyasagar, N. & Koshy, S., 2010. Stress and Coping in Mother of Autistic Children. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, Volume 36, pp. 245-248.