

**PROPORSI STRES DAN GEJALA PSIKOSOMATIK PADA SISWA KELAS XII SEKOLAH
MENENGAH ATAS DI KOTA DENPASAR**
*(Proportion of Stress and Psychosomatic Symptoms in Twelfth Grade High School Students in
Denpasar City)*

Fanny Deantri^{*)}, Anak Agung Sagung Sawitri^{**)}
Program Studi Sarjana Kedokteran dan Profesi Dokter
Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, Denpasar
^{*)}Email: deantrif@hotmail.com
^{**)}Email: sawitri56@hotmail.com

(Article History: Received 20-01-2020; Revised 25-02-2020; Accepted 27-02-2020)

ABSTRAK

Siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas (SMA) memiliki kecenderungan untuk mengalami tekanan emosional dan psikologis atau stres yang disebabkan karena faktor akademis maupun faktor lainnya. Stres yang tidak ditangani dengan baik dapat bermanifestasi dalam bentuk gejala-gejala fisik yang disebut sebagai gejala psikosomatik. Gejala psikosomatik ini kerap kali tidak disadari sehingga sering terjadi berulang kali meski sudah diberikan pengobatan sebelumnya. Penelitian ini bertujuan untuk menghitung proporsi stres dan gejala psikosomatik pada siswa kelas XII SMA serta kedua keluhan tersebut pada saat yang bersamaan. Penelitian ini merupakan penelitian potong lintang deskriptif. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner Depression Anxiety Stress Scale (DASS) 42 dan kuesioner yang diadaptasi dari Psychosomatic Symptoms Scale for Child and Adolescents yang dibagikan kepada subjek penelitian di SMA Negeri 1 Denpasar, SMA Negeri 2 Denpasar, dan SMA Negeri 3 Denpasar pada bulan Oktober–November 2019. Sebanyak 67 (32,2%) dari 208 sampel yang mengaku mengalami stres dan terdapat 158 (76%) subjek penelitian yang mengalami gejala psikosomatik. Subjek penelitian yang mengaku mengalami stres dan juga mengalami gejala psikosomatik dijumpai sebanyak 48 (71,6%).

Kata kunci: gejala psikosomatik; stres; siswa kelas XII SMA

ABSTRACT

Twelfth grade high school students have a tendency to experience stress, both due to academic factors and other factors. Stress that cannot be handled properly can manifest into physical symptoms. Physical symptoms caused by emotional and psychological stress are called psychosomatic symptoms. These psychosomatic symptoms are often not realized, so they often occur repeatedly despite previous treatment. This study aims to determine the proportion of stress and psychosomatic symptoms in twelfth grade high school students and how many of these students experience stress and psychosomatic symptoms at the same time. This was a descriptive cross sectional study. Data collection was performed using Depression Anxiety Stress Scale (DASS) 42 questionnaire and a questionnaire adapted from Psychosomatic Symptoms Scale for Child and Adolescents which were distributed to the research subjects at 1 State High School of Denpasar, 2 State High School of Denpasar, and 3 State High School of Denpasar in October–November 2019. There were 67 (32.2%) of 208 samples who experienced stress and there were 158 (76%) research subjects who experienced psychosomatic symptoms. Out of the 67 study subjects who experienced stress, there were 48 (71.6%) subjects who experienced psychosomatic symptoms as well.

Keywords: psychosomatic symptoms; stress; twelfth grade high school students

PENDAHULUAN

Kelas XII SMA dapat dikatakan sebagai tingkat yang paling sibuk apabila dibandingkan dengan jenjang-jenjang sebelumnya. Pada tingkat ini, siswa kelas XII SMA harus menyiapkan Ujian Nasional (UN) dan berbagai macam ujian lainnya agar bisa lulus SMA. Beberapa dari siswa-siswa ini mengambil pelajaran tambahan di tempat-tempat bimbingan belajar juga dengan harapan bisa lulus UN dan masuk perguruan tinggi favorit (Nugroho et al. 2015).

Pada tingkat ini pula mereka harus menentukan keputusan besar mengenai apa yang akan mereka lakukan dalam hidupnya setelah menamatkan SMA. Tidak jarang karena hal tersebut dan berbagai faktor lainnya, siswa-siswa kelas XII SMA ini merasakan tekanan psikologis maupun emosional yang dikenal sebagai stres. Sebuah penelitian yang dilakukan di salah satu SMA negeri di Bali menunjukkan bahwa sekitar 95,3% siswa-siswa SMA negeri kelas XII mengalami stres rendah hingga tinggi (Wibawa dan Widiasavitri 2013).

Stres merupakan hal yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari pada tiap individu, baik disadari maupun tidak. Berat dan ringannya ukuran stres relatif berbeda untuk masing-masing individu. Pengertian stress juga bisa berbeda pada masing-masing orang. Stres menurut Lazarus dan Folkman adalah keadaan internal yang dapat diakibatkan oleh tuntutan fisik dari tubuh ataupun oleh kondisi lingkungan dan sosial yang dinilai potensial membahayakan, tidak terkendali, atau melebihi kemampuan individu untuk melakukan *coping* stres (Nasution 2007). Dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu keadaan tertekan, baik secara fisik maupun psikis, yang dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor.

Faktor yang berasal dari kondisi fisik, lingkungan, dan sosial yang menyebabkan stres disebut dengan *stressor* (Nasution 2007). Penulis lain membagi jenis *stressor* menjadi tiga jenis, yaitu *stressor* biologis, *stressor* psikologis, dan *stressor* sosial (Indriana et al. 2010).

Reaksi stres berdasarkan pada respons fisiknya dibagi menjadi tiga tingkatan (tingkatan sindrom adaptasi

umum), dimana tahap pertama berupa peringatan (*alarm*), tahap kedua yaitu resistensi, dan tahap ketiga yaitu kelelahan (*exhaustion*) (Nurdin 2012). Stres, apabila tidak dapat ditangani dengan baik oleh seseorang, akan mengganggu kehidupan sehari-hari akibat reaksi fisik yang ditimbulkan.

Pada siswa atau pelajar, rasa tertekan dan khawatir akibat tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas dan mempersiapkan ujian-ujian yang akan dihadapi dapat mendominasi kehidupan mereka apabila tidak dapat mengontrol emosi dan pikiran dengan baik. Sikap ini dapat memunculkan reaksi stres tahap ketiga, dimana fungsi sistem imun ditekan secara berkelanjutan sehingga dapat mengakibatkan pengurangan kualitas hidup mereka, seperti misalnya menghambat proses pembelajaran dan penyelesaian tugas karena sakit (Nurdin 2012). Apabila hal itu terjadi, para siswa tidak akan dapat melakukan kegiatan produktif.

Reaksi stres dapat dikaitkan dengan gangguan psikosomatik, karena gangguan psikosomatik adalah gangguan fisik yang disebabkan oleh tekanan-tekanan emosional dan psikologis atau gangguan fisik yang terjadi sebagai akibat dari kegiatan psikologis yang berlebihan dalam mereaksi gejala emosi (Pratiwi dan Lailatushifah 2012). Reaksi stres dapat berupa dekompensasi yang bermanifestasi sebagai gangguan klinis yang apabila sudah sangat parah dapat berujung pada kematian (Nurdin 2012). Siapa pun bisa mengalami gangguan psikosomatik apabila kondisinya memungkinkan. Pada sebuah penelitian, dilaporkan bahwa semakin rendah kelas sosial maka semakin besar dan semakin parah gejala stress yang dirasakan. Stres tersebut pada akhirnya dapat menimbulkan gejala-gejala psikosomatik (Hange et al. 2007).

Berdasarkan hal tersebut, kajian stres pada siswa SMA kelas XII dan gangguan psikosomatik yang dapat terjadi pada mereka merupakan hal yang penting. Di samping itu, studi terkait kejadian gangguan psikosomatik akibat stres pada siswa SMA di Bali pun masih sangat terbatas sehingga penelitian ini perlu dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk menghitung proporsi stres dan gejala

psikosomatik serta kedua keluhan tersebut pada saat yang bersamaan pada siswa kelas XII SMA di Kota Denpasar.

METODE

Penelitian ini bersifat observasional deskriptif dengan rancangan studi potong lintang (*cross sectional*). Populasi dan sampel adalah siswa di tiga sekolah menengah atas negeri yang ada di kota Denpasar, yaitu SMA Negeri 1 Denpasar, SMA Negeri 2 Denpasar, dan SMA Negeri 3 Denpasar. Pengambilan data dilaksanakan pada bulan Oktober 2019 hingga November 2019.

Peneliti mengunjungi sekolah dan meminta perwakilan tiap kelas XII di sekolah tersebut untuk membagikan delapan belas kuesioner per kelas kepada para siswa yang memiliki nomor absen ganjil. Siswa yang berusia 18 tahun, hadir saat pengambilan data, bersedia dan mengisi *informed consent*, serta menjawab seluruh pertanyaan kuesioner dengan lengkap dipilih sebagai calon responden. Sedangkan siswa yang berusia 16-17 tahun harus mendapatkan persetujuan orang tua sebelum menjadi responden.

Siswa yang terpilih dan menolak mengisi kuesioner maka akan dialihkan kepada siswa yang bernomor urut genap yang bersedia. Kuesioner yang digunakan adalah DASS untuk mengukur stress 42 (Crawford dan Henry 2003); serta kuesioner yang diadaptasi dari *Psychosomatic Symptoms Scale for Child and Adolescents* untuk mengukur gejala psikosomatik (Prtorić 2016). Data dianalisis secara deskriptif univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data berhasil dilakukan pada 208 subjek penelitian. Distribusi subjek berdasarkan jenis kelamin, usia, dan asal SMA dapat dilihat pada Tabel 1. Siswa lebih banyak perempuan, mayoritas 17 tahun dan banyak dari SMAN 3.

Distribusi status stres dan gejala psikosomatik didapatkan bahwa terdapat lebih sedikit siswa yang stres dari pada siswa yang tidak stres. Akan tetapi, gejala psikosomatik dialami lebih dari 50% subjek penelitian. Sedangkan dari keseluruhan subjek dengan gejala psikosomatik, terdapat lebih banyak subjek yang

tergolong tidak stres daripada subjek yang tergolong stres, dengan selisih persentase 6,4% (Tabel 2).

Tabel 1. Deskripsi subjek berdasarkan jenis kelamin, usia, dan asal SMA

Karakteristik	Jumlah	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	68	32,7
Perempuan	140	67,3
Usia		
16 tahun	4	1,9
17 tahun	147	70,7
18 tahun	57	27,4
Asal SMA		
SMAN 1 Denpasar	54	26,0
SMAN 2 Denpasar	64	30,8
SMAN 3 Denpasar	90	43,3

Tabel 2. Distribusi status stres dan gejala psikosomatik

	Jumlah	%
Status Stres (n total = 208)		
Stres	67	32,2
Tidak Stres	141	67,8
Gejala Psikosomatik (n total = 208)		
Ada	158	76,0
Tidak Ada	50	24,0
Status Stres disertai Gejala Psikosomatik		
Stres plus gejala psikosomatik (n total stres = 67)	48	71,6
Tidak stres plus gejala psikosomatik (n total tidak stres = 141)	110	78,0

Hasil distribusi stres berdasarkan jenis kelamin, usia, dan asal SMA diperoleh bahwa karakteristik subjek yang lebih banyak mengalami stres adalah yang perempuan, berusia 17 tahun atau lebih dari SMA Negeri 3 (Tabel 3).

Tabel 3. Distribusi stres berdasarkan jenis kelamin, usia, dan asal SMA

	Status Stres	
	Stres	Tidak
Jenis Kelamin (n total = 208)		
Laki-laki	16 (23,5%)	52 (76,5%)
Perempuan	51 (36,4%)	89 (63,6%)
Usia (n total = 208)		
16 tahun	0 (0%)	4 (100%)
17 tahun	45 (30,6%)	102 (69,4%)
18 tahun	22 (38,6%)	35 (61,4%)
Asal SMA (n total = 208)		
SMAN 1 Denpasar	15 (27,8%)	39 (72,2%)
SMAN 2 Denpasar	20 (31,3%)	44 (68,8%)
SMAN 3 Denpasar	32 (35,6%)	58 (64,4%)

Presentase subjek laki-laki dan perempuan dengan gejala psikosomatik tidak jauh berbeda. Gejala psikomatik lebih banyak dijumpai pada subjek berusia 18 tahun, diikuti subjek berusia 17 tahun. SMA dengan persentase subjek paling banyak mengalami gejala psikosomatik dilakukan adalah SMA Negeri 2 Denpasar (Tabel 4).

Tabel 4. Distribusi gejala psikosomatik berdasarkan jenis kelamin, usia, dan asal SMA

	Gejala Psikosomatik	
	Stres	Tidak
Jenis Kelamin (n total =208)		
Laki-laki	51 (75%)	17 (25%)
Perempuan	107 (76,4%)	33 (23,6%)
Usia (n total = 208)		
16 tahun	2 (50%)	2 (50%)
17 tahun	112 (76,2%)	35 (23,8%)
18 tahun	44 (77,2%)	13 (22,8%)
Asal SMA (n total = 208)		
SMAN 1 Denpasar	37 (68,5%)	17 (31,5%)
SMAN 2 Denpasar	56 (87,5%)	8 (12,5%)
SMAN 3 Denpasar	65 (72,2%)	25 (27,8%)

Pada penelitian ini didapati bahwa gejala psikosomatik yang paling banyak dialami oleh subjek penelitian adalah merasa lelah/kurang bertenaga. Gejala ini dialami 91,8% dari subjek penelitian yang mengalami gejala psikosomatik. Terdapat sepuluh gejala psikosomatik yang masing-masing dialami oleh lebih dari 50% subjek penelitian yang mengalami gejala psikosomatik, yaitu: merasa lelah/kurang bertenaga, jerawat, sakit kepala, flu (demam, pilek, batuk), sakit perut, hilang nafsu makan, berkeringat lebih banyak, sakit di kaki lengan atau tungkai, nyeri punggung, dan mual. Kebanyakan dari gejala-gejala tersebut berasal dari sistem gastrointestinal, dengan total empat gejala yang dialami lebih dari 50% subjek penelitian yang mengalami gejala psikosomatik.

Berdasarkan hasil tabulasi data, didapatkan rata-rata jumlah gejala psikosomatik yang dialami subjek perempuan lebih banyak dari pada subjek laki-laki. Rata-rata jumlah gejala psikosomatik paling banyak pada subjek penelitian yang berusia 16 tahun dan yang paling sedikit adalah subjek penelitian yang berusia 17 tahun. Sekolah yang memiliki rata-rata jumlah gejala psikosomatik yang terbanyak pada penelitian ini adalah SMA Negeri 3 Denpasar, sedangkan yang paling sedikit adalah SMA Negeri 1 Denpasar.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan di atas, penelitian ini menunjukkan proporsi responden yang mengalami stres adalah 67 orang (32,2%) dan yang mengalami gejala psikosomatik adalah 158 orang (76%). Sedangkan pada yang mengalami stres, ditemukan 48 orang (71,6%) juga mengalami gejala psikosomatik.

Persentase stres yang terjadi pada siswa kelas XII SMA di penelitian ini cenderung rendah apabila dibandingkan dengan beberapa hasil penelitian lain, baik dengan menggunakan instrumen pengukuran stres yang sama maupun tidak. Pada penelitian tingkat stres siswa kelas XII di SMA Negeri di Bandung yang diukur dengan menggunakan instrument DASS, dilaporkan tingkat stress mencapai 95,82% (Kinantie, Hernawaty, dan Hidayanti 2012). Dalam penelitian lain menyebutkan bahwa stres dalam kategori

rendah hingga sangat tinggi dialami siswa kelas XII SMA Negeri di Bali mencapai 95,3%, berdasarkan instrumen skala tingkat stres (Wibawa dan Widiasavetri 2013). Sedangkan di Padang, siswa kelas XII SMA yang mengalami stres sedang hingga tinggi mencapai 85%, berdasarkan instrumen Skala Stres Akademik (SSA) (Taufik dan Ildil 2013).

Keberadaan stres pada siswa kelas XII dapat dipengaruhi banyak hal. *Coping mechanism* yang baik, pengendalian *stressor* yang baik, dan keberadaan *eustress* dapat membuat seseorang menekan stres beserta dampak buruknya. Selain itu, perbedaan waktu penelitian juga dapat mempengaruhi hasil yang didapat.

Penelitian-penelitian sebelumnya dilakukan pada saat menjelang ujian nasional, yaitu pada semester dua. Sedangkan, penelitian kami dilaksanakan pada bulan Oktober–November 2019, di mana siswa-siswa kelas XII SMA masih berada pertengahan semester satu. Oleh sebab itu, meski hasil penelitian ini menunjukkan tingkat stres yang rendah, perlu diantisipasi adanya peningkatan stres pada saat menjelang periode ujian karena berdasarkan penelitian-penelitian serupa, tingkat stres siswa pada periode tersebut tinggi.

Subjek perempuan (36,4%) lebih banyak mengalami stres dari pada subjek laki-laki (23,5%). Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan di India (Jayanthi, Thirunavukarasu, dan Rajkumar 2015) dan penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat (Gadzella 1994) yang mengukur perbedaan tingkat stres pada pelajar laki-laki dan perempuan.

Perbedaan ini bisa terjadi karena pandangan yang berbeda terkait stres. Dalam penelitian oleh Calaguas (2011), ditemukan bahwa siswa laki-laki lebih banyak mengalami stres akibat nilainya. Sedangkan siswa perempuan lebih banyak mengalami stres akibat guru, lingkungan pembelajaran, keuangan, serta ekspektasi. Hal lain yang mempengaruhi adalah pendekatan pengelolaan stres yang berbeda terutama ketika mereka menemui tekanan. Selain itu juga, tingginya tingkat stres pada siswa perempuan dikarenakan karakter dan sifat perempuan yang emosional dan sensitif terhadap lingkungan

(Pourrajab, Rabbani, dan Kasmaienezhadfard 2014).

Dari karakteristik usia, peningkatan usia berbanding lurus dengan peningkatan persentase subjek yang mengalami stres. Meski demikian, selisih peningkatan persentase relatif sedikit. Dalam studi ini, hal ini dapat dipengaruhi oleh jumlah subjek di masing-masing usia, dimana jumlah subjek penelitian yang berusia 16 tahun hanya empat orang (1,9%), sedangkan yang berusia 17 tahun mencapai 147 orang (70,7%) dan yang berusia 18 tahun sebanyak 57 orang (27,4%).

Normalnya, siswa kelas XII berusia 17 atau 18 tahun. Subjek yang berusia 16 tahun ini lebih muda tetapi tidak ada yang mengalami stres. Berbagai penelitian melaporkan bahwa siswa yang mengikuti akselerasi dalam proses pendidikan dini karena siswa memiliki performa akademis yang baik serta kematangan sosial dan emosi dapat memberikan manfaat sosioafektif (Neihart 2007). Tampaknya siswa yang lebih muda ini mampu beradaptasi dengan lingkungannya dan mengendalikan stres dengan baik.

Subjek penelitian yang mengalami gejala psikosomatik berjumlah 158 orang (76%), dengan selisih persentase antara subjek laki-laki dan perempuan yang mengalami gejala psikosomatik tidak jauh berbeda, yaitu sebesar 1,4%. Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang menilai gejala psikosomatik berdasarkan jenis kelamin, dan berbagai tingkat pendidikan serta kelompok umur. Pada penelitian tersebut, 84,8% dari keseluruhan subjek penelitian yang berusia 10 sampai 25 tahun (rata-rata usia $15,39 \pm 3,62$ tahun) mengalami gejala psikosomatik (Prtorić 2016). Studi ini menemukan bahwa jumlah subjek yang mengalami gejala psikosomatik berusia 16 tahun sebanyak 2 orang (50%), berusia 17 tahun sebanyak 112 orang (76,2%), dan berusia 18 tahun sebanyak 44 orang (77,2%).

Hal ini sesuai dengan hasil-hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Prtorić (2016) serta Glozah dan Pevalin (2016) yang menemukan bahwa peningkatan gejala psikosomatik seiring dengan bertambahnya usia. Berdasarkan asal SMA, jumlah sampel penelitian yang paling

banyak mengalami gejala psikosomatik adalah SMA Negeri 2 Denpasar. Akan tetapi, tingkat stres di sekolah ini bukanlah yang tertinggi. Hal ini menunjukkan bahwa belum tentu kejadian stres yang tinggi akan menimbulkan kejadian gejala psikosomatik yang tinggi juga.

Ketiadaan stres tidak menjadi penghalang untuk terjadinya gejala psikosomatik. Berdasarkan hasil penelitian, jumlah subjek yang mengalami stres disertai gejala psikosomatik mencapai 71,6% dari total subjek yang mengalami stres. Sedangkan jumlah subjek yang tidak mengalami stres namun memiliki gejala psikosomatik mencapai 78% dari seluruh subjek yang tidak mengalami stres. Hal ini dapat terjadi karena kemampuan pengenalan stres tiap individu berbeda, disertai pemahaman definisi stress yang berbeda dan persepsi individu terhadap stressor yang berbeda.

Meski demikian, ketika tubuh mengenali suatu kondisi yang dianggap sebagai stres, tubuh akan merespons dengan meningkatkan kerja sistem saraf otonom yang kemudian bermanifestasi dalam berbagai macam perubahan fisiologis dalam tubuh yang pada tingkat lanjut akan menyebabkan berbagai kelainan pada tubuh (Prtorić 2016).

Penelitian kami menemukan sepuluh gejala psikosomatik yang dialami oleh 50% subjek penelitian. Pada penelitian serupa enam gejala psikosomatik yang dialami 50% dari subjek penelitiannya (Prtorić 2016). Gejala-gejala psikosomatik tersebut yaitu flu (demam, pilek, batuk) (77,8%), merasa lelah/kurang bertenaga (77,1%), sakit kepala (70,7%), nyeri punggung (57,5%), mual (56,5%), dan denyut jantung terlalu cepat (54,7%). Lima dari enam gejala dalam studi Prtorić (2016) sama dengan temuan penelitian ini, yaitu merasa lelah/kurang bertenaga, sakit kepala, flu, nyeri punggung, dan mual.

Hanya gejala denyut jantung terlalu cepat (43%) yang tidak dialami lebih dari 50% subjek penelitian kami. Dengan demikian, kelima gejala yang sering muncul ini dapat dipertimbangkan sebagai gejala-gejala prediktif adanya gejala psikosomatik yang terjadi pada siswa-siswa. Terutama, apabila gejala-gejala ini sering hilang dan timbul dan terjadi pada kondisi yang

memberikan tekanan emosional dan psikologis.

Rata-rata jumlah gejala psikosomatik yang dialami subjek perempuan ($13,7 \pm 6,3$) dalam penelitian ini lebih banyak dari pada laki-laki ($11,9 \pm 7,5$). Sejalan dengan penelitian ini, Prtorić (2016) menyebutkan bahwa rata-rata jumlah gejala psikosomatik yang dialami subjek penelitian perempuan sebanyak $12,9 \pm 6,3$ dan subjek penelitian laki-laki sebanyak $10,15 \pm 6,0$.

Penelitian ini bukan tanpa keterbatasan. Penentuan gejala psikosomatik berdasarkan kuesioner skrining awal sehingga memiliki keterbatasan dalam diagnosis pasti. Selain itu pengambilan sampel tidak sepenuhnya secara random, sehingga dijumpai ketidakseimbangan jumlah laki-laki dan perempuan; dan mungkin membatasi validitas eksternal penelitian ini.

KESIMPULAN

Proporsi siswa kelas XII SMA di kota Denpasar yang mengalami stres sebesar 32,2%; sedangkan yang mengalami gejala psikosomatik sebesar 76%. Pada mereka yang mengalami stres, sebanyak 71,6% mengalami gejala psikosomatik. Sepuluh gejala psikosomatik dialami lebih dari 50% total subjek yaitu lelah/kurang bertenaga, jerawat, sakit kepala, flu, sakit perut, hilang nafsu makan, berkeringat lebih banyak, sakit di kaki lengan atau tungkai, nyeri punggung, dan mual.

DAFTAR PUSTAKA

- Calaguas GM (2011) College Academic Stress: Differences Along Gender Lines. *Journal of Social and Development Sciences* 1(5):194-201
- Crawford JR, Henry JD (2003) The Depression Anxiety Stress Scales (DASS): Normative data and latent structure in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology* 42:111–131
- Gadzella BM (1994) Student-Life Stress Inventory: identification of and reactions to stressors. *Psychological reports*, 74(2):395–402
- Glozah F, Pevalin D (2016) Association between psychosomatic health symptoms and common mental illness in Ghanaian adolescents: Age and

- gender as potential moderators. *Journal of Health Psychology* 22(11):1376-1386
- Hange D et al. (2007) The natural history of psychosomatic symptoms and their association with psychological symptoms: Observations from the Population Study of Women in Gothenburg. *European Journal of General Practice* 13(2):60–66
- Indriana Y et al. (2010) Tingkat Stres Lansia Di Panti Wredha “Puncang Gading” Semarang. *Jurnal Psikologi Undip* 8(2)
- Jayanthi P, Thirunavukarasu M, dan Rajkumar R (2015) Academic stress and depression among adolescents: A cross-sectional study. *Indian Pediatrics* 52(3): 217–219
- Kinantie O, Hernawaty T, Hidayati N. (2012). Gambaran Tingkat Stres Siswa SMAN 3 Bandung Kelas XII Menjelang Ujian Nasional 2012. [PDF] Tersedia di: <http://journal.unpad.ac.id> [Diakses pada 6 Juli 2017].
- Nasution I (2007) Stres Pada Remaja. <http://library.usu.ac.id>. Diakses pada 9 Juli 2017
- Neihart M (2007) The Socioaffective Impact of Acceleration and Ability Grouping. *Gifted Child Quarterly* 51(4):330-341
- Nurdin A (2012) *Tumbuh Kembang Perilaku Manusia*. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta
- Pourrajab M, Rabbani M, Kasmaienezhadfar S (2014) Different Effects of Stress on Male and Female Students. *International Journal for the Advancement of Counselling* 3(3):31–39
- Pratiwi D, Lailatushifah S (2012) Kematangan Emosi dan Psikosomatik pada Mahasiswa Tingkat Akhir. <http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id>. Diakses pada 6 Juli 2017
- Prtorić AV (2016) Somatic Complaints in Adolescence : Prevalence Patterns Across Gender and Age. *Psihologijske Teme* 25(1):75–105
- Taufik T, Ildil I (2013) Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang. <http://jurnal.konselingindonesia.com>. Diakses pada 6 Juli 2017
- Wibawa N, Widiyasavitri P (2013) Hubungan antara Gaya Hidup Sehat dengan Tingkat Stres Siswa Kelas XII SMA Negeri di Denpasar Menjelang Ujian Nasional Berdasarkan Strategi Coping Stres. *Jurnal Psikologi Udayana* 1(1):138-150.