

**STRES DAN KOPING KEHAMILAN PADA USIA REMAJA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KLAMBU KECAMATAN KLAMBU KABUPATEN  
GROBOGAN JAWA TENGAH**

Novi Nirmalasari<sup>(\*)</sup>, Dwi Susilawati<sup>(\*\*)</sup>

<sup>(\*)</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.

<sup>(\*\*)</sup> Departemen Maternitas, Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia, [Suziebima@gmail.com](mailto:Suziebima@gmail.com)

**ABSTRAK**

Kehamilan merupakan keadaan yang relatif baru, khususnya bagi seorang remaja yang pertama kali mengalaminya. Adanya kehamilan akan menyebabkan perubahan fisik dan psikologis selama kehamilan. Perubahan-perubahan tersebut menjadi stressor dalam kehidupan. Stres yang timbul pada remaja hamil dapat membahayakan ibu dan janin. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran stres dan koping remaja yang mengalami kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Klambu. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Sampel yang digunakan adalah empat remaja hamil. Pengumpulan data menggunakan *in-depth interview* dengan jenis wawancara *semi structure*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi pada remaja hamil adalah perubahan fisik dan perubahan psikologis. Sumber stres meliputi perubahan selama kehamilan, kecemasan dan faktor ekonomi. Sumber koping meliputi lingkungan internal berupa dukungan sosial dan keyakinan serta lingkungan eksternal berupa tenaga kesehatan dan teman. Bentuk dukungan yang didapatkan meliputi dukungan internal dan eksternal. Bentuk dukungan internal berupa nasihat, motivasi, dukungan dan informasi. Bentuk dukungan eksternal berupa bertukar pengalaman dengan teman, pengobatan dan nasihat atau saran dari tenaga kesehatan. Mekanisme koping bersifat adaptif dan maladaptif. Koping adaptif berupa bercerita kepada orang lain, mencari hiburan, pengobatan dan beristirahat. Koping maladaptif berupa menangis, murung dan diam. Manfaat koping efektif adalah dapat menurunkan stres yang dialami, lebih tenang dan terhibur. Saran berdasarkan hasil penelitian ini adalah remaja dapat menggunakan mekanisme koping terbaik dalam menghadapi masalah di kehidupannya khususnya pada saat kehamilan.

**Kata kunci : Stres, Koping, Kehamilan Remaja**

**ABSTRACT**

Pregnancy is relatively new condition specially for adolescent as the first experience. There could be physical and psychological change during the pregnancy. Those changes are the stressor of their life. The baby and the mother, in this term adolescent, could be threaten by the stressors. The aim of this research was to depict stress and how adolescent cope with their pregnancy in work area of Klambu Health Care Provider (Puskesmas). This research used qualitative design with phenomenological approach. The participant were four pregnant adolescent. The data collecting used in-depth interview with semi structure interview type. The result showed that the changes happened in pregnant adolescent were physical and psychological. The changes during the pregnancy, anxiety and economic factor were the stress sources. Meanwhile, the sources of coping included the internal environment such as social support and faith. Then, health care provider and friend were external environment of coping sources. The support

system which adolescent could get were from internal and external. The example of internal support were advices, motivation, support and information. Furthermore, the external support could be experience sharing among friend, medication and advices from health care provider. In fact, adolescent might used adaptive and maladaptive coping mechanism. Share with other people, looking for entertainment, medication and rest were the form of adaptive coping. On the other hand the maladaptive coping were crying, mourning and keep silent. The advantages of effective coping were decreasing stress, relax condition and entertaining. The research recommends that adolescent use best coping mechanism pregnancy in dealing with problems her life especially during pregnancy.

Keywords : Stress, Coping, Adolescent Pregnancy

## **PENDAHULUAN**

Kehamilan remaja merupakan masa dimana seorang wanita membawa embrio atau fetus di dalam tubuhnya (Bobak, 2004). Kehamilan pada masa remaja mengakibatkan perubahan-perubahan pada remaja tersebut. Perubahan-perubahan tersebut dapat berakibat tekanan bagi remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Parcells pada remaja hamil menyimpulkan bahwa perubahan-perubahan yang terjadi pada saat hamil dapat berpengaruh pada kesehatan fisik dan jiwa remaja sehingga akan mengakibatkan stres pada remaja (Parcells, 2010).

Stres pada kehamilan remaja dapat mengancam keseimbangan fisiologis (Jackson, 2007). Penelitian yang dilakukan oleh Lisa Miller pada remaja hamil menghasilkan kesimpulan tingkat prevalensi stres pada remaja hamil dua kali lebih tinggi daripada orang dewasa (Miller, 1998). Remaja yang sedang hamil membutuhkan suatu mekanisme untuk mengurangi stres (Rasmun, 2004). Mekanisme koping dilakukan untuk merubah lingkungan atau situasi untuk menyelesaikan masalah yang sedang dirasakan atau dihadapi tersebut. Remaja yang mempunyai koping konstruktif akan membantu dalam penyelesaian masalah sehingga stres yang muncul menjadi ringan. Namun sebaliknya, remaja yang mempunyai koping destruktif akan berakhir dengan perilaku yang merugikan ibu dan janinnya sehingga dapat menimbulkan stres yang lebih berat (Brecht, 2001). Penelitian yang dilakukan oleh Jada Hamilton menghasilkan kesimpulan bahwa remaja hamil menggunakan koping yang berbeda dan bervariasi untuk mengelola stres. Koping yang digunakan selama kehamilan responsif terhadap perubahan yang terjadi kehamilan. Koping tersebut mencerminkan karakteristik perempuan, persepsi dan situasi sosial pada wanita tersebut (Hamilton, 2008).

Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2007 menunjukkan bahwa angka kehamilan dan kelahiran pada usia muda (< 20 tahun) masih sekitar 8,5% (BKKBN, 2008). Sebuah survei di Jawa Barat pada tahun 2008 juga mengungkapkan bahwa remaja putri menikah pada usia di bawah 16 tahun sebesar 16% dan proporsi kehamilan remaja mencapai 4,1% (Zuhri, 2010).

Hasil wawancara dengan bidan di Puskesmas Klambu pada tanggal 13 Januari 2011 diperoleh data bulan Desember 2010 yang menunjukkan bahwa jumlah wanita hamil adalah 258 orang pada semua usia. Dari jumlah tersebut, 37 orang atau 14,3% diantaranya adalah wanita hamil yang berusia kurang dari 20 tahun. Hasil wawancara dengan salah satu remaja hamil mengatakan bahwa ia mengalami stres karena perubahan fisik dan psikologis. Ia mengatakan mengalami gangguan tidur, mudah tersinggung, pusing, mual dan muntah. Saat kehamilannya berumur 2 bulan, ia masuk rumah sakit karena anemia dan influenza. Ia juga

mengatakan kurang informasi tentang pelayanan saat kehamilan. Saat mengalami keadaan tersebut, ia selalu bertanya kepada ibu dan bidan desa di wilayahnya. Ia juga mendapat dukungan dari suami dan ibunya sehingga dapat mengatasi hal tersebut.

Data memaparkan banyaknya kehamilan pada usia remaja di wilayah tersebut. Fenomena tersebut merupakan suatu hal yang sangat menarik bagi peneliti karena kehamilan akan menimbulkan dampak bagi remaja hamil. Dampak tersebut akan menimbulkan stres pada usia remaja. Stres yang terjadi pada remaja hamil akan memberikan pengaruh negatif bagi remaja dan janinnya. Peneliti ingin mengetahui lebih lanjut tentang stres, sumber stres, sumber koping dan mekanisme koping remaja yang mengalami kehamilan, sehingga penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan stres dan koping remaja yang mengalami kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Klambu.

Manfaat penelitian ini adalah dapat digunakan sebagai informasi lebih lanjut di bidang keperawatan maternitas, keperawatan jiwa dan sebagai referensi di lingkungan institusi pendidikan untuk mengembangkan program dalam mengatasi stres pada remaja yang mengalami kehamilan. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan informasi bagi remaja dan diharapkan remaja dapat menggunakan mekanisme koping terbaik dalam menghadapi persoalan hidup khususnya pada saat mengalami kehamilan. Peneliti diharapkan mampu mengaplikasikan ilmu yang telah didapat mengenai penelitian dan menambah wawasan dalam bidang penelitian kualitatif. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan tambahan atau acuan serta menjadi referensi bagi peneliti lain untuk penelitian lebih lanjut tentang stres dan koping remaja yang mengalami kehamilan.

## BAHAN DAN CARA KERJA

Desain dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Sampel dilakukan secara *purposive sampling*. Partisipan berjumlah 4 orang remaja yang mengalami kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Klambu. Teknik pengumpulan data dengan *in-depth interview* dengan pedoman wawancara *semistructure*, meliputi sumber stres, sumber koping dan mekanisme koping remaja yang mengalami kehamilan.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Kisi-kisi Tema

No.	Kategori	Sub Tema	Tema
1.	Pertambahan BB	Perubahan fisik kehamilan	Perubahan-perubahan selama kehamilan pada usia remaja
	Respon fisik selama kehamilan		
	Penurunan aktifitas		
	<i>Morning sickness</i>	Perubahan psikologis kehamilan	
	Respon psikologis selama kehamilan		
Kecemasan			
2.	Perubahan fisik	Perubahan kehamilan	Sumber stres selama kehamilan pada usia remaja
	Kecemasan melahirkan	Kecemasan selama kehamilan	
	Kecemasan keguguran		
	Kecemasan perkembangan bayi		
	Kecemasan perawatan bayi		
	Kemampuan ekonomi	Faktor ekonomi	
3.	Keyakinan	Sumber koping internal	Sumber koping selama kehamilan pada usia
	Keluarga	Sumber koping eksternal	

	Lingkungan luar		remaja
4.	Bentuk dukungan dari diri sendiri	Bentuk dukungan internal	Bentuk dukungan yang didapatkan remaja yang hamil di usia remaja
	Bentuk dukungan dari keluarga		
	Bentuk dukungan dari orang lain	Bentuk dukungan eksternal	
5.	Cerita	Mekanisme koping adaptif	Mekanisme koping kehamilan pada usia remaja
	Pengobatan		
	Hiburan		
	Istirahat		
	Menghindar	Mekanisme koping maladaptif	
6.	Manfaat koping	Manfaat koping efektif	Manfaat koping efektif kehamilan pada usia remaja

## PEMBAHASAN

### 1. Tema 1: Perubahan-perubahan selama kehamilan pada usia remaja

Seluruh partisipan mengungkapkan perubahan fisik yang dialami selama kehamilan adalah penambahan berat badan. Pertambahan berat badan tidak hanya disebabkan oleh timbunan lemak, namun juga akibat proses tumbuh kembang janin, pertambahan berat rahim, plasenta, volume darah, cairan ketuban, cairan dalam jaringan tubuh remaja hamil, serta membesarnya payudara (Bobak, 2004).

Respon fisik dialami oleh remaja yang mengalami kehamilan berupa punggung pegal-pegal, pusing, sakit kepala, batuk, pilek, lemas, lebih cepat mengantuk, lebih cepat lelah dan dada terasa penuh. Dua partisipan mengatakan bahwa respon fisiknya berupa punggungnya pegal-pegal. Dua partisipan yang mengatakan bahwa respon fisiknya berupa pusing dan sakit kepala. Tiga orang partisipan diantaranya juga mengatakan lemas, cepat lelah dan cepat mengantuk. Perubahan tubuh yang terjadi pada remaja hamil menyebabkan postur dan cara berjalan remaja berubah (Bobak, 2004). Persendian juga menjadi lebih kaku karena perubahan hormon yang melemahkan ligamen pengikatnya sehingga sering terjadi gangguan punggung terutama di punggung bawah (Depkes RI, 2006). Aliran darah berusaha mengimbangi sirkulasi darah yang tiba-tiba meningkat seiring dengan pertumbuhan janin sehingga menyebabkan pusing (Anonim, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan semua partisipan mengalami penurunan aktivitas. Kelelahan yang terjadi pada remaja hamil karena kurangnya energi dalam sel yang mengakibatkan rasa lemah. Kelemahan menyebabkan penurunan aktivitas pada remaja hamil (Parcells, 2010). Satu partisipan juga mengatakan adanya terasa penuh seperti sesak nafas. Kebutuhan oksigen ibu meningkat selama kehamilan sebagai respons terhadap percepatan laju metabolik dan peningkatan kebutuhan oksigen jaringan uterus dan payudara. Peningkatan kadar estrogen menyebabkan ligamen pada kerangka iga berelaksasi sehingga ekspansi rongga dada meningkat. Paru-paru ditekan oleh semakin membesarnya uterus, diafragma atau sekat rongga dada pun semakin tertekan ke atas. Hal ini dapat mengakibatkan sesak nafas (Bobak, 2004).

Seluruh partisipan mengatakan mengalami respon fisik berupa mual atau muntah atau keduanya pada pagi hari. Peningkatan *salviasi* saluran pencernaan terjadi pada trisemester pertama sehingga menyebabkan mual muntah. Tonus otot saluran pencernaan melemah,

sehingga motilitas dan makanan akan lebih lama berada dalam saluran makanan. Pada kondisi ini, walaupun *resorpsi* zat makanan baik, namun akan tetap menimbulkan *obstipasi*. Peningkatan kadar *progesterone* diawal kehamilan, kadar gula darah dan pergerakan usus menurun menimbulkan rasa mual (Bobak, 2004)

Seluruh partisipan dapat mengungkapkan mengalami perubahan psikologis yang seperti emosi yang labil. Seluruh partisipan mengatakan mudah marah dan lebih sensitive, nafsu makan yang tidak tentu.. Beberapa perubahan fisik dapat mempengaruhi respon psikologis saat hamil seperti sensitif dan mudah marah. Perubahan hormonal yang juga akan mempengaruhi psikis remaja hamil dan dapat mengakibatkan remaja hamil mengalami fluktuasi emosi (Depkes RI, 2006).

Salah satu partisipan mengatakan mempunyai keinginan khusus. Hal ini merupakan keinginan ibu hamil untuk mendapatkan perhatian ekstra dari suami dan lingkungannya. Perubahan psikologis yang dialami oleh partisipan adalah kecemasan selama kehamilan. Dua partisipan mengatakan mengalami cemas, takut dan bingung tentang kehamilannya. Kehamilan, persalinan, nifas dan menyusui dapat menjadi pencetus timbulnya kecenderungan-kecenderungan psikologis. Kehamilan dianggap mengandung risiko kematian terutama saat melahirkan sehingga ibu merasa cemas, takut dan khawatir (Depkes RI, 2006).

## **2. Tema 2: Sumber stres selama kehamilan pada usia remaja**

Seluruh partisipan mengatakan sumber stres yang dialami berasal dari perubahan yang terjadi selama kehamilan. Perubahan fisik seperti mual, muntah dan pusing adalah sumber stres yang berasal dari diri sendiri. Masalah yang dihadapi tidak sesuai dengan dirinya sendiri dan tidak mampu diatasi maka menimbulkan stress (Murwani, 2008)

Seluruh partisipan dapat mengungkapkan kecemasan selama kehamilan yang dialami adalah sumber stres. Kecemasan selama kehamilan meliputi kecemasan saat melahirkan, keguguran, perkembangan bayi dan perawatan bayi setelah lahir. Persalinan dianggap sebagai peristiwa yang mempertaruhkan nyawa antara ibu dan bayi. Remaja hamil merasa cemas, takut dan khawatir. Kecemasan yang timbul menjadi sumber stres remaja selama kehamilan (Depkes RI, 2006).

Faktor ekonomi menjadi sumber stres selama kehamilan. Salah satu partisipan mengatakan merasa khawatir karena tingkat ekonominya tergolong minimal. Sumber stres berasal dari masalah keluarga yang ditandai dengan adanya masalah keuangan. Kemampuan ekonomi berpengaruh dalam kehamilan (Murwani, 2008).

## **3. Tema 3: Sumber koping selama kehamilan pada usia remaja**

Sumber koping berasal dari internal dan eksternal (Barnet, 1996). Dua partisipan mengatakan keyakinan adalah sumber kopingnya internal. Sumber koping yang mempengaruhi seseorang adalah keyakinan positif. Keyakinan positif menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting seperti keyakinan kepada Tuhan (Stuart, 2001).

Sumber koping eksternal yang didapatkan partisipan berasal dari keluarga, tenaga kesehatan dan teman. Sumber koping eksternal dari keluarga adalah dukungan keluarga. Seluruh partisipan mengatakan bahwa mereka mempunyai sumber koping dari keluarga berupa dukungan keluarga. Tiga orang partisipan mengatakan mendapatkan dukungan dari tenaga kesehatan seperti bidan dan dari layanan kesehatan seperti Posyandu atau Puskesmas. Satu partisipan lainnya mengatakan mendapatkan dukungan dari teman-teman yang memiliki

pengalaman yang sama berupa informasi kehamilan. Salah satu sumber koping adalah dukungan sosial (Rasmun, 2004). Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman dan lingkungan masyarakat sekitarnya. Dukungan sosial terutama keluarga adalah orang terdekat yang dapat memberikan berbagai bentuk perhatian sebagai sumber koping dalam menghadapi masalah yang dialami oleh remaja hamil (Stuart, 2001).

**4. Tema 4:** Bentuk dukungan yang didapatkan remaja yang hamil di usia remaja

Bentuk dukungan internal yang didapatkan partisipan adalah dari diri sendiri dan keluarga. Tiga partisipan mengatakan bentuk dukungan dari diri sendiri yang bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan mereka. Bentuk dukungan dapat berasal dari perilaku individu itu sendiri dengan mengembangkan rencana alternatif untuk menghadapi situasi yang sedang dialami (Friedman, 2003). Seluruh partisipan mengatakan mendapatkan dukungan dari keluarga dalam mengatasi stres yang dialami. Dukungan dalam keluarga merupakan sumber kekuatan bagi remaja hamil yaitu berupa kemampuan memberikan penguatan satu sama lain dan kemampuan menciptakan suasana memiliki (Craven, 2009).

Seluruh partisipan mengatakan memiliki bentuk dukungan eksternal yang berasal dari orang lain atau layanan kesehatan. Dukungan eksternal ini merupakan dukungan sosial berupa mencari dukungan atau bantuan dari teman atau keluarga jauh (Rasmun, 2004). Dukungan lain yang berperan adalah tenaga kesehatan yang berada di lingkungan sekitar tempat tinggal karena lokasi pelayanan kesehatan tempat petugas kesehatan bekerja mudah dijangkau (Stuart, 2001)

**5. Tema 5:** Mekanisme koping kehamilan pada usia remaja

Mekanisme koping yang digunakan oleh seluruh partisipan adalah mekanisme koping yang adaptif. Koping adaptif tersebut ditunjukkan seperti bercerita kepada orang lain, mencari hiburan, mencari pengobatan dan beristirahat. Koping yang adaptif yaitu apabila seseorang dapat menceritakan secara verbal tentang perasaannya (Craven, 2009). Tindakan tersebut merupakan tindakan mencari pemecahan masalah dengan mencari tenaga kesehatan merupakan usaha langsung yang digunakan individu untuk menyelesaikan masalah (Stuart, 2001)

Rata-rata dari setiap responden sudah melakukan mekanisme koping yang adaptif. Namun koping yang maladaptif terkadang masih dilakukan sebagai bentuk pelarian dari kecemasan atau masalah yang dihadapi. Salah satu partisipan mengatakan menangis di kamar jika sedang mengalami stres. Satu partisipan lainnya mengatakan bahwa murung dan diam tanpa mencari pemecahan masalah. koping maladaptif adalah suatu keadaan dimana individu menghindari dari kecemasan atau masalah yang dihadapi, sehingga masalah tersebut tidak terpecahkan (Stuart, 2001). Koping ini merupakan tindakan dalam waktu sementara untuk menurunkan stres dan ketegangan (Friedman, 2003).

**6. Tema 6:** Manfaat koping efektif kehamilan pada usia remaja

Seluruh partisipan mengatakan koping yang digunakan dapat menurunkan stres yang dialami. Partisipan menjadi lebih tenang dan terhibur. Keberhasilan mekanisme koping dipengaruhi oleh koping yang digunakan saat mengalami stres. koping yang paling efektif

adalah strategi yang sesuai sesuai dengan tujuan koping itu sendiri. Keberhasilan koping lebih tergantung pada penggabungan beberapa koping dan sesuai dengan ciri dari masing-masing sumber stres. Penggabungan koping yang dimaksud adalah penggabungan antara *emotion focusing coping* dan *problem focusing coping* (Craven, 2009). Penelitian Myers menunjukkan bahwa penggabungan antara dua koping tersebut lebih efektif dalam menurunkan stres (Myors, 2008).

## **KESIMPULAN**

1. Perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja selama kehamilan adalah perubahan fisik meliputi penambahan berat badan, respon fisik selama kehamilan, penurunan aktivitas, *morning sickness* dan perubahan psikologis meliputi respon psikologis dan kecemasan.
2. Sumber stres yang didapatkan remaja selama kehamilan adalah perubahan-perubahan selama kehamilan, kecemasan selama kehamilan dan faktor ekonomi. Perubahan-perubahan selama kehamilan meliputi perubahan fisik yang terjadi selama kehamilan. Kecemasan selama kehamilan meliputi kecemasan tentang persalinan, keguguran, perkembangan bayi dan perawatan bayi setelah lahir. Sumber stres lain adalah faktor ekonomi meliputi kemampuan ekonomi dalam keluarga.
3. Sumber koping selama kehamilan yang didapatkan remaja selama kehamilan berasal dari internal dan eksternal. Sumber koping internal berupa keyakinan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Sumber koping lain adalah sumber koping dari lingkungan eksternal yang didapatkan berasal dari keluarga, tenaga kesehatan dan teman.
4. Bentuk dukungan yang didapatkan remaja yang hamil berupa dukungan internal dan eksternal. Bentuk dukungan internal yang didapatkan partisipan berasal dari diri sendiri meliputi olah raga, jalan-jalan kecil, makan makanan bergizi, makan banyak sayur dan minum vitamin penambah darah. Bentuk dukungan internal yang lain berasal dari keluarga seperti diberi nasihat, motivasi, dukungan dan informasi. Bentuk dukungan eksternal yang berasal dari keluarga, orang lain atau layanan kesehatan. Bentuk dukungan selain internal adalah bentuk dukungan eksternal meliputi bertukar pengalaman dengan teman, pengobatan serta nasihat atau saran dari layanan kesehatan
5. Mekanisme koping yang digunakan remaja yang hamil adalah mekanisme koping adaptif seperti bercerita kepada orang lain, mencari hiburan, mencari pengobatan, istirahat dan mekanisme koping maladaptif seperti menangis, murung dan diam.
6. Manfaat koping efektif yang digunakan remaja selama kehamilan adalah dapat menurunkan stres yang dialami, lebih tenang dan terhibur.

## **SARAN**

Remaja dapat menggunakan mekanisme koping terbaik dalam menghadapi masalah di kehidupannya khususnya pada saat mengalami kehamilan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

*Perubahan yang Terjadi Selama Kehamilan*. Diakses pada tanggal 20 November 2010, <http://www.infobunda.com/pages/articles/artikelshow.php?id=122&catid=4>

- Barnet, Beth, dkk. *Depressive Symptoms, Stress and Social Support in Pregnant and Postpartum Adolescents*. Arch Pediatr Adolesc Med. 1996; 150(1):64-69.
- Bobak, Lowdermik dan Jensen. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Editor: Renata Komalasari. Alih bahasa: Maria AW dan Peter IA. Edisi 4.. Jakarta: EGC. 2004.
- Brecht. *Stres dan Adaptasi*. 2001. Diakses pada tanggal 12 November 2010, [www.scribd.com > School Work > Essays & Theses](http://www.scribd.com/School-Work-Essays-Theses) -.
- Craven RF dan Hirnle CJ. *Fundamental Of Nursing. Human Health And Function*. Third Edition. Philadelphia: Lippincott. 2009.
- Direktorat Bina Pelayanan Kesehatan Jiwa Direktorat Jenderal Pelayanan Medik Departemen Kesehatan RI. *Pedoman Kesehatan Jiwa pada Ibu Hamil, Bersalin, Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI. 2006
- Direktorat Remaja dan Perlindungan Hak-hak Reproduksi. *Pendewasaan Usia Perkawinan dan Hak-hak Reproduksi Bagi Remaja Indonesia*. Jakarta: BKKBN. 2008.
- Friedman MM, Bowden VR dan Jones EG. *Family Nursing: Research, Theory And Practice*. Fifth edition. New Jersey: Prentice Hall. 2003.
- Hamilton, Jada. *Types, Pattern, and Predictors of Coping with Stress during Pregnancy: Examination of the Revised Prenatal Coping Inventory in A Diverse Sample*. Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology. 2008; 29(2): 97-104.
- Jackson, Fleda Mask. *Race, Stress, and Social Support: Addressing The Crisis in Black Infant Mortality*. Joint Center for Political and Economic Studies. 2007.
- Parcells, D. A. *Women's mental health nursing: depression, anxiety and stress during pregnancy*. Journal of Psychiatric & Mental Health Nursing. 2010; 17 (9): 813-820
- Miller, Risa. *Depression Among Pregnant Adolescents*. American Psychiatric Assotiation. 1998; 49(7):970
- Murwani, Arita. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Yogyakarta: Fitramaya. 2008.
- Myors, Karen, Maree Johnson dan Rachel Langdon. *Coping Styles of Pregnant Adolescents*. 2008. Public Health Nursing. 18(1): 24-32
- Rasmun, S.Kp., M.Kep. *Stres, Koping dan Adaptasi: Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*. Edisi Pertama. Jakarta: Sagung Seto. 2004.
- Stuart GW dan Laraia MI. *Principle And Practice Of Psichyatric Nursing*. St Louis: Mosby. 2001.
- Zuhri, Amin. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi terhadap Tingkat Pengetahuan Mengebai Kehamilan dan Persalinan Usia Dini pada Remaja di SMA Muhammadiyah Gubug*. UNIMUS; 2009. Diakses pada tanggal 10 November 2010, <http://digilib.unimus.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id=jtptunimus-gdl-aminzuhri-5173&PHPSESSID=1e67af6fa4bdd962b254ed311c991538>. (Skripsi Universitas Muhammadiyah Semarang)