

## MANAJEMEN STRES DENGAN TERAPI BALI WORLD MUSIC DAN SELF HEALING PADA SISWA SMKN 1 KUBUTAMBAHAN

Triana Savitri<sup>1</sup>, Didik Iman Margatot<sup>2</sup> dan Sutantri<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183

\*Email 1: trianasavitri869@gmail.com

### ABSTRAK

Pendahuluan : Kasus COVID-19 dalam seminggu terakhir, kasus-kasus baru terus meningkat secara global, meningkat 10% dengan transmisi penularan yang masif dan tingkat kematian yang tinggi menyebabkan masalah yang mengarah pada gangguan kesehatan mental. Permasalahan yang sering terjadi diantaranya gejala kecemasan, stres, depresi dan trauma karena COVID-19. Tujuan : Menerapkan terapi *Bali World Music* dan *Self-Healing* dilakukan dengan untuk menurunkan tingkat stress pada remaja. Metode : Kegiatan dilakukan di SMKN 1 Kubutambahan, Kabupaten Buleleng, Bali menggunakan kuesioner Stres. Hasil : Dari pengabmas yang dilakukan didapatkan di SMKN 1 Kubutambahan didapatkan sebanyak 20 dari 47 siswa mengalami distress pada masa pandemic COVID-19. Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat didapatkan hasil bahwa angka prosentase siswa yang mengalami stres pada saat *Pre-Test* (53,2%) dan *Post-Test* (25,5%). Simpulan: Kegiatan terapi *Bali World Music* dan *Self-Healing* merupakan salah satu bentuk kegiatan yang dapat digunakan untuk mengatasi distress pada remaja.

**Kata Kunci :** Covid-19, Manajemen Stress, Remaja, Bali world Music, Self Healing

### ABSTRACT

Introduction: Cases of COVID-19 in the past week, new cases have continued to increase globally, increasing by 10% with massive transmission of transmission and high mortality rates causing problems that lead to mental health disorders. Problems that often occur include symptoms of anxiety, stress, depression and trauma due to COVID-19. Objective: Applying Bali World Music and Self-Healing therapy to reduce stress levels in adolescents. Methods: The activity was carried out at SMKN 1 KubuAddan, Buleleng Regency, Bali using a Stress Questionnaire. Results: From the community service carried out, it was found that at SMKN 1 Kubuserta, 20 out of 47 students experienced distress during the COVID-19 pandemic. After conducting community service activities, it was found that the percentage of students who experienced stress during the Pre-Test (53.2%) and Post-Test (25.5%). Conclusion: *Bali World Music and Self-Healing* therapy activities are one form of activity that can be used to overcome distress in adolescents.

**Keywords:** Covid-19, Stress Management, Teenagers, Bali world Music, Self Healing

### 1. PENDAHULUAN

Secara Global kasus COVID-19 mengalami penambahan dan penyebaran cukup cepat, pada tanggal 28 Maret 2020 COVID-19 dimasukkan ke dalam kategori *Very High risk assessment* oleh WHO dan melaporkan total temuan kasus sebanyak 571678 kasus dengan total kematian sebanyak 26494 jiwa. Dua maret 2020 merupakan konfirmasi pertama kasus COVID-19 di Indonesia, penambahan kasus terus terjadi hingga jumlah kasus yang terkonfirmasi positif sebanyak 11192 jiwa pada tanggal 3 Mei 2020 dan sebanyak 1876 kasus sembuh dan 845 jiwa meninggal. WHO sampai saat ini menyatakan bahwa virus COVID-19 merupakan pandemi seluruh dunia<sup>1</sup>. Berdasarkan Keputusan nomor 13 A Tahun 2020 telah ditetapkan Status Keadaan Tertentu Darurat Bencana Wabah Penyakit Akibat

Virus Corona di Indonesia oleh Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana Nomor 9A Tahun 2020. Setelah melihat jumlah kasus yang semakin merebak dan berdampak luas di setiap wilayah maka Pemerintah menerbitkan Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dengan tujuan mempercepat Penanganan COVID-19, dan juga Keputusan Presiden Nomor 11<sup>1</sup>. Berdasarkan pembaharuan Keputusan Presiden Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan Bencana Non-Alam menetapkan bahwa Penyebaran virus COVID-19 Sebagai Bencana Nasional<sup>2</sup>.

Kasus COVID-19 dalam seminggu terakhir, kasus-kasus baru terus meningkat secara global, dalam beberapa minggu terakhir kasus COVID-19 meningkat menjadi 10% dan terdapat lebih dari 3 juta kasus baru yang dilaporkan.

Setelah memuncak pada awal Januari 2021 ketika hanya ada di bawah 5 juta kasus, kasus baru kemudian menurun menjadi sekitar 2,5 juta dalam seminggu terhitung 15 Februari 2021 tetapi dalam tiga minggu terakhir telah meningkat lagi<sup>3</sup>. Kasus kematian akibat COVID-19 per 1 Maret 2021 ini mencapai 2703620 kasus<sup>4</sup>.

Pandemi COVID-19 memberikan banyak dampak terutama bagi masyarakat Indonesia maupun manca Negara. Semakin cepat merebak virus COVID-19 ke seluruh dunia dan meningkatnya angka kematian menyebabkan terjadinya pada gangguan kesehatan mental. Seperti yang kita ketahui saat ini tenaga medis berisiko mengalami permasalahan kesehatan mental dengan adanya kasus ini. Selain tenaga medis, masyarakat juga terkena dampak peningkatan kasus yaitu mengalami gangguan kesehatan mental serta permasalahan yang paling sering terjadi dan dialami oleh masyarakat yaitu gejala anxietas atau cemas, depresi hingga menjadi trauma dengan adanya COVID-19. Pandemi COVID-19 memicu terjadinya permasalahan mental pada tahap yang sangat sulit untuk diatasi. Berdasarkan hasil Survei yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) mengenai kesehatan mental yang dilakukan secara daring didapatkan sebanyak 63 % responden mengalami cemas, dan mengalami depresi sebanyak 66 % responden akibat pandemi COVID-19 ini. Beberapa gejala cemas yang ditemukan diantaranya merasa khawatir yang berlebihan, mudah emosi dan sulit untuk tenang. Sedangkan gejala pada depresi diantaranya sulit tidur, perasaan tidak berguna dan kehilangan energi atau semangat menjalani hidup. Selain itu juga beberapa responden mengalami gejala stres pasca trauma psikologis berat sebanyak 46 % responden, sebanyak 33% gejala stres pasca trauma psikologis sedang dan gejala stres pasca trauma psikologis ringan dialami 2% responden, selain itu 19% lainnya tanpa gejala. Gejala stres pasca trauma diantaranya adalah merasa terasingkan dari orang lain, selalu waspada dan berhati-hati pada orang lain<sup>5</sup>. Tiga gejala yang paling umum adalah kecemasan 24,9%, depresi 19,7%, dan stres 15,2%.<sup>6</sup>

Hasil penelitian menunjukkan 1036 anak-anak dan remaja yang dikarantina di Cina dalam rentang usia dari 6 hingga 15 tahun menyajikan hasil 112 depresi, 196 kecemasan, dan 68 mengalami depresi dan kecemasan<sup>7</sup>. Studi lain menunjukkan prevalensi tinggi tekanan psikologis pada anak-anak dan remaja yang dikarantina karena pandemi COVID-19 di India. Anak-anak dan remaja yang dikarantina mengalami tekanan psikologis yang lebih besar daripada anak-anak dan remaja yang tidak dikarantina (<0.001). Khawatir 68,59%, tidak berdaya 66,11% dan ketakutan 61,98% akibat COVID-19<sup>8</sup>. Selain itu dilaporkan juga di China bahwa anak-anak dan remaja berusia 3-18 tahun menunjukkan gejala kurang perhatian, berpegang teguh, khawatir dan lekas marah selama pandemi ini<sup>9</sup>. Hasil pengkajian yang sudah dilakukan di SMKN 1 Kubutambahan didapatkan sebanyak 20 dari 47 siswa mengalami distress pada masa pandemic COVID-19, berdasarkan beberapa hal tersebut penulis tertarik melakukan pengabdian masyarakat pengaruh *Bali Word Music* dan *Self-Healing* dalam menurunkan stress pada remaja di SMKN 1 Kubutambahan.

## 2. BAHAN DAN METODE

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat dilakukan di SMKN 1 Kubutambahan yang melibatkan siswa/i kelas XII 1, 2, 3 dan 4 yang berjumlah 112 peserta. Metode pengambilan sampel yang digunakan yaitu *Convenience Sampling*. Pada 4 April 2020 telah dilakukan *Pre Test* pengisian kuesioner sebanyak 47 peserta dan ini termasuk jumlah peserta yang mengikuti kegiatan edukasi seminar yang diadakan. Sebelum diberikan materi edukasi dan demonstrasi tentang manajemen stress, siswa/i diberikan kuesioner *Self Reporting Questionnaire* (SRQ) yang terdiri dari 20 pertanyaan. Pengisian *Pre Test* kuesioner dilakukan menggunakan *Google Form*. Selanjutnya tanggal 19 April 2021 dilakukan seminar edukasi yang berjudul Manajemen Stress Dengan Bali World Music dan *Self-Healing* melalui aplikasi *Zoom Meeting*. Sebelum kegiatan berlangsung peserta mengisi link presensi yang sudah disiapkan, kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi edukasi Manajemen Stress Dengan Bali World Music dan *Self-Healing* setelah pemaparan materi dibuka sesi tanya jawab dan dilanjutkan dengan demonstrasi terapi Manajemen Stress Dengan Bali World Music dan *Self-Healing*. Terapi dilakukan dengan cara pemutaran video edukasi yang telah dibuat kemudian peserta mengikuti terapi berdasarkan instruksi dari pemutaran video. Sejak pemberian edukasi sampai 1 minggu berikutnya peserta disarankan melakukan terapi secara mandiri setiap hari. Kemudian 1 minggu setelah itu pada tanggal 26 April 2021 dilakukan evaluasi *Post Test* menggunakan google form untuk menilai efektivitas terapi yang diberikan.

## 3. HASIL

Hasil dari penyelenggaraan kegiatan tersebut tercatat pada tabel berikut :

**Tabel 1** Manajemen Stres dengan Terapi *Bali World Music* dan *Self-Healing* pada siswa SMKN 1 Kubutambahan (N=47)

Test	Stres		Tidak Stres	
	N	%	N	%
<i>Pre test</i>	25	53,2	22	46,8
<i>Post test</i>	12	25,5	35	74,5

## PEMBAHASAN

Manajemen Stress Dengan *Bali World Music* Dan *Self-Healing*. Stres adalah respon tubuh yang sifatnya non-spesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya<sup>10</sup>. Pada masa pandemi COVID-19 Kondisi stres pada masa pandemi COVID-19 terdiri dari 3 macam stres yaitu stres akademik, stres kerja, dan stres keluarga. Stres dalam keluarga banyak dialami oleh ibu rumah tangga karena ibu rumah tangga harus membantu anak-anaknya belajar di rumah secara online<sup>11</sup>. Stres pada remaja di dunia terjadi pada negara maju maupun negara berkembang. Selain itu juga pravelensi stres akademik

yang dialami pada anak remaja di negara maju dan negara berkembang sebesar 5%-70%<sup>12</sup>.

Pada saat pandemi COVID-19 ini pemicu permasalahan kesehatan mental pada tahap yang memprihatinkan hasil survei mengenai kesehatan mental yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) menjelaskan sebanyak 80% responden mengalami gejala stres pasca trauma psikologis yang disebabkan COVID-19. Sebanyak 46% diantaranya memiliki gejala stres berat dan 33% mengalami gejala stres sedang. Adapun gejala stres pascatrauma yang menonjol yaitu merasa berjarak dan terpisah dari orang lain serta merasa terus waspada, berhati-hati, dan berjaga-jaga<sup>5</sup>. Tiga gejala yang paling umum adalah kecemasan 24,9%, depresi 19,7%, dan stres 15,2%<sup>6</sup>.

Adapun beberapa penelitian yang sudah pernah dilakukan yang dapat menurunkan tingkat stress seseorang yaitu berpikir positif untuk menurunkan stress psikologis, melakukan *Group Discussion Therapy* dan membaca al-qur'an, terapi tertawa untuk meredakan stress, melakukan berbagai teknik relaksasi, mendengarkan musik relaksasi. Musik relaksasi dapat menurunkan stress yang sedang terjadi, musik relaksasi sangat efektif untuk menurunkan stress yang di alami oleh remaja<sup>1314151617181920</sup>. Terapi musik menghasilkan efek sedang hingga kuat pada pengurangan stress dan efektif untuk pencegahan dan pengobatan masalah terkait stress<sup>21</sup>. Beberapa kelebihan dari musik diantaranya yaitu bersifat nyaman, menenangkan dan dapat membuat orang menjadi rileks. Musik juga dapat digunakan secara khusus dalam beberapa rangkaian terapi. Kata musik dan terapi digunakan untuk menjelaskan media yang digunakan secara khusus dalam rangkaian terapi. Kegiatan penyuluhan ini mendapatkan respons positif dari pihak sekolah maupun siswa dalam hal ini ditandai dengan kehadiran dan keaktifan para siswa walaupun dalam keadaan pandemic seperti ini dimana kegiatan dilakukan secara *Virtual*. Dalam kegiatannya ini siswa juga aktif bertanya terkait stres dan penanganannya yang telah disampaikan pada sesi tanya jawab. Kegiatan ini harapannya dapat dijadikan acuan pada remaja dalam manajemen stress yang dialami dan dapat meningkatkan status kesehatan remaja terutama terkait kesehatan mental remaja di SMKN 1 Kubutambahan yang menjadi sampel kegiatan ini.

Berdasarkan tabel 1 tersebut, didapatkan hasil bahwa terjadinya penurunan jumlah siswa yang mengalami stress di SMKN 1 Kubutambahan setelah diberikan intervensi terapi *Bali World Music* dan *Self-healing* yang dapat dilihat dari prosentase siswa yang mengalami stress *Pre-Test* (53,2%) dan *Post-Test* (25,5%). Hasil tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardianty<sup>22</sup> dimana terdapat hubungan yang signifikan antara terapi komplementer *Self-Healing* dengan kejadian stress pada remaja dengan p *Value* 0,00. Seseorang yang melakukannya self healing dapat berhenti sejenak dari segala rutinitasnya, sehingga bisa berinteraksi dengan diri sendiri. Filosofinya *Self-Healing* bertumpu pada manusia sebagai unit yang lengkap antara badan, batin, dan kemampuan individualnya<sup>23</sup>.

Selain itu juga terapi musik juga dipercaya dapat mempengaruhi tingkat stress pada remaja. Hal ini selaras dengan penelitian dari Yuliana, dkk<sup>24</sup> yang menunjukkan bahwa hasil uji kadar stress wilcoxon sebelum dan sesudah terapi musik klasik II diperoleh nilai signifikansi 0,000 dimana terdapat pengaruh yang signifikan antara terapi musik dan kejadian stress pada remaja. Musik merupakan kumpulan dari kesatuan suara, melodi, ritme dan harmoni yang bisa meningkatkan emosional secara psikis. Teknik terapi musik adalah salah satu terapi yang dapat membantu mengatasi stress pada seseorang karena musik dapat berpengaruh secara fisik maupun psikologis. Manfaat musik secara psikologis dapat membuat seseorang menjadi rileks dan juga dapat mengurangi rasa stress. Selain itu juga musik dapat menimbulkan rasa gembira dan dapat membantu menghilangkan rasa sakit<sup>24</sup>.

#### 4. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Terapi *Bali World Music* dan *Self-Healing* di SMKN 1 Kubutambahan merupakan salah satu bentuk kegiatan yang dapat digunakan dalam upaya manajemen stress pada siswa/siswi. Harapan dari diadakannya kegiatan ini dapat berguna bagi siswa/siswi dalam upaya menjaga dan meningkatkan status kesehatan mental pada siswa terutama dalam menurunkan angka kejadian stress. Hasil dari kegiatan Terapi *Bali World Music* dan *Self-Healing* yang dilaksanakan menunjukkan bahwa:

1. Mayoritas siswa di SMKN 1 Kubutambahan tidak mengalami stress
2. Terdapat penurunan angka prosentase kejadian stress di tandai antara *Post-Test* dibandingkat *Pre-Test*.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada kepala SMKN 1 Kubutambahan, seluruh peserta yang berpartisipasi dalam kegiatan, dosen, mahasiswa serta civitas akademik program studi pendidikan Pasca Sarjana UMY yang terlibat dalam kegiatan ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Ardianty S. Pengaruh Terapi Komplementer Dengan Self Healing Terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Akhir Semester Siswa SMA Negeri 8 Palembang 2017. *Masker Medika* [Internet]. 2017 [cited 2021 Sep 30];5(2):538–47. Available from: <http://jmm.ikestmp.ac.id/index.php/maskermedika/article/view/49>
2. Chen F, Zheng D, Liu J, Gong Y, Guan Z, Lou D. Depression and anxiety among adolescents during

- Covid-19: A cross-sectional study. *Brain, Behavior, and Immunity* [Internet]. 2020 Aug 1 [cited 2021 Mar 22];88:36–8. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0889159120308916>
3. Desinta S, Ramdhani N. Terapi Tawa untuk Menurunkan Stres pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Psikologi* [Internet]. 2013 Jun 27 [cited 2021 Mar 19];40(1):15–27. Available from: <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7063>
  4. Dewi MP. Studi Metaanalisis: Musik Untuk Menurunkan Stres. *Jurnal Psikologi* [Internet]. 2015 Nov 10 [cited 2021 Mar 19];36(2):106–15. Available from: <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7889>
  5. Gallego-Gómez JI, Balanza S, Leal-Llopis J, García-Méndez JA, Oliva-Pérez J, Doménech-Tortosa J, et al. Effectiveness of music therapy and progressive muscle relaxation in reducing stress before exams and improving academic performance in Nursing students: A randomized trial. *Nurse Education Today* [Internet]. 2020 Jan 1 [cited 2021 Mar 28];84:104217. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0260691719306045>
  6. Hawari D. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. II. Jakarta: FKUI; 2016.
  7. Jiao WY, Wang LN, Liu J, Fang SF, Jiao FY, Pettoello-Mantovani M, et al. Behavioral and Emotional Disorders in Children during the Covid-19 Epidemic. *J Pediatr* [Internet]. 2020 Jun [cited 2021 Mar 22];221:264–266.e1. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7127630/>
  8. Kemenkes RI. Infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI [Internet]. 2020 [cited 2021 Mar 22]. Available from: <https://covid19.kemkes.go.id/protokol-covid-19/petunjuk-teknis-pelayanan-puskesmas-pada-masa-pandemi-covid-19/>
  9. Kholidah EN, Alsa A. Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis. *Jurnal Psikologi* [Internet]. 2012 [cited 2021 Mar 19];39(1):67–75. Available from: <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/6967>
  10. Mawaddah N, Titiani E. Efektifitas Group Discussion Therapy Dalam Menurunkan Stres Remaja Di MTs Pesantren Al - Amin Mojokerto. *Medica Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit)* [Internet]. 2016 Sep 10 [cited 2021 Mar 19];8(2). Available from: <http://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/MM/article/view/259>
  11. Muslim M. Manajemen Stress Pada Masa Pandemi Covid-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis* [Internet]. 2020 Aug 28 [cited 2021 Mar 22];23(2):192–201. Available from: <https://ibn-e-journal.id/index.php/ESENSI/article/view/205>
  12. Nugraheni D, Mabruri MI, Stanislaus S. Efektivitas Membaca Al-Qur'an Untuk Menurunkan Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Kebumen. 2018;13.
  13. Nurcahyani I, Fauzan L. Efektivitas Teknik Relaksasi Dalam Konseling Kelompok Behavioral Untuk Menurunkan Stres Belajar Siswa SMA. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* [Internet]. 2016 [cited 2021 Mar 19];1(1):1–6. Available from: <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbb/article/view/625>
  14. PDSKJI. Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia [Internet]. 2020 [cited 2021 Mar 22]. Available from: <http://pdskji.org/home>
  15. Rahmawati I, Haroen H, Juniarti N. Perbedaan Tingkat Stres Sebelum Dan Sesudah Terapi Musik Pada Kelompok Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Bening Nurani Kabupaten Sumedang. 2008;19.
  16. Redho A, Sofiani Y, Warongan AW. Pengaruh Self Healing terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Op. *Journal of Telenursing (JOTING)* [Internet]. 2019 May 20 [cited 2021 Sep 30];1(1):205–14. Available from: <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JOTING/article/view/491>
  17. Sahoo S, Khess CRJ. Prevalence of depression, anxiety, and stress among young male adults in India: a dimensional and categorical diagnoses-based study. *J Nerv Ment Dis*. 2010 Dec;198(12):901–4.
  18. Saurabh K, Ranjan S. Compliance and Psychological Impact of Quarantine in Children and Adolescents due to Covid-19 Pandemic. *Indian J Pediatr* [Internet]. 2020 Jul 1 [cited 2021 Mar 22];87(7):532–6. Available from: <https://doi.org/10.1007/s12098-020-03347-3>

19. Tang S, Xiang M, Cheung T, Xiang Y-T. Mental health and its correlates among children and adolescents during Covid-19 school closure: The importance of parent-child discussion. *Journal of Affective Disorders* [Internet]. 2021 Jan 15 [cited 2021 Mar 22];279:353–60. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032720328603>
20. Weekly epidemiological update on COVID-19 – 16 March 2021 [Internet]. 2021 [cited 2021 Mar 22]. Available from: <https://www.who.int/publications/m/item/weekly-epidemiological-update---16-march-2021>
21. WHO. Coronavirus disease (Covid-19) – World Health Organization [Internet]. World Health Organization. 2020 [cited 2021 Mar 22]. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
22. WHO. Coronavirus disease (Covid-19) – World Health Organization [Internet]. World Health Organization. 2021 [cited 2021 Mar 22]. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
23. Witte M de, Pinho A da S, Stams G-J, Moonen X, Bos AER, Hooren S van. Music therapy for stress reduction: a systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review* [Internet]. 2020 Nov 12 [cited 2021 Mar 28];0(0):1–26. Available from: <https://doi.org/10.1080/17437199.2020.1846580>
24. Yuliana S, Hidayati E. Pengaruh Terapi Musik untuk Penurunan Tingkat Stres pada Remaja di Yayasan Panti Asuhan Kyai Ageng Majapahit Semarang. 2015 Jan 24 [cited 2021 Sep 30]; Available from: <http://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/5154>