
PSIKOLOGI KEBEBASAN MENEMUKAN RUANG HIDUP YANG OTONOM DAN BERMAKNA

Syawitri Utami

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Abstrak

Psikologi Kebebasan adalah bidang yang mempelajari bagaimana individu dapat mencapai ruang hidup yang otonom dan bermakna dalam kehidupan mereka. Kebebasan dalam konteks psikologi tidak hanya merujuk pada kebebasan fisik, tetapi juga kebebasan psikologis dan spiritual. Abstrak ini mengeksplorasi konsep kebebasan dalam psikologi, termasuk faktor-faktor yang memengaruhinya dan cara-cara untuk mencapainya.

Penelitian dalam psikologi kebebasan menunjukkan bahwa perasaan otonomi dan kontrol dalam kehidupan individu sangat penting untuk kesejahteraan psikologis mereka. Otonomi memberikan individu rasa tanggung jawab dan kekuasaan atas pilihan dan tindakan mereka, yang dapat meningkatkan motivasi, kebahagiaan, dan kepuasan hidup.

Selain itu, makna juga menjadi elemen penting dalam menciptakan ruang hidup yang bermakna. Individu cenderung mencari arti dan tujuan dalam kehidupan mereka, dan merasa puas ketika mereka dapat mengalami kehidupan yang sesuai dengan nilai-nilai dan tujuan mereka. Psikologi kebebasan meneliti bagaimana individu dapat menemukan makna dalam pengalaman hidup mereka dan mengintegrasikannya ke dalam kehidupan sehari-hari.

Perasaan keterikatan sosial juga berperan dalam psikologi kebebasan. Meskipun kebebasan sering dikaitkan dengan independensi dan otonomi, keterikatan sosial juga merupakan aspek penting dari kehidupan yang memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Hubungan yang mendukung dan bermakna dengan orang lain dapat memperkaya pengalaman hidup dan memberikan landasan yang kokoh bagi pengembangan diri.

Selanjutnya, psikologi kebebasan juga meneliti konsep diri dan identitas individu dalam konteks kebebasan. Individu yang memiliki pemahaman yang kuat tentang siapa mereka dan apa yang mereka nilai cenderung lebih mampu membuat keputusan yang sesuai dengan kebutuhan dan keinginan mereka, yang merupakan bagian integral dari hidup yang otonom dan bermakna.

Pentingnya pendekatan holistik dalam psikologi kebebasan juga ditekankan. Pengembangan diri yang seimbang secara fisik, emosional, sosial, dan spiritual penting untuk mencapai kebebasan yang utuh dan kesejahteraan psikologis yang optimal. Integrasi berbagai aspek ke dalam kehidupan sehari-hari dapat membantu individu mencapai keseimbangan yang diperlukan untuk hidup yang memuaskan dan bermakna.

Dengan demikian, psikologi kebebasan memberikan pandangan yang mendalam tentang bagaimana individu dapat mencapai ruang hidup yang otonom dan bermakna. Melalui pemahaman tentang faktor-faktor yang memengaruhi kebebasan individu dan strategi untuk meningkatkannya, psikologi kebebasan dapat menjadi panduan berharga bagi individu dalam menjalani kehidupan yang penuh makna dan kepuasan.

Kata Kunci: Psikologi, Kebebasan, Hidup, Otonomi, Bermakna



PENDAHULUAN

Latar Belakang

Latar belakang dalam konteks Psikologi Kebebasan yang mencakup pencarian ruang hidup yang otonom dan bermakna melibatkan pemahaman mendalam tentang konsep kebebasan, otonomi, dan makna dalam kehidupan manusia. Sejak zaman kuno, filsuf dan ahli pemikiran telah tertarik pada pertanyaan tentang apa itu kebebasan dan bagaimana manusia dapat mencapainya. Dalam konteks psikologis, kebebasan sering dikaitkan dengan perasaan kontrol yang individu miliki terhadap hidup mereka sendiri. Ini melibatkan kemampuan untuk membuat pilihan yang berasal dari nilai-nilai, keyakinan, dan preferensi pribadi tanpa terlalu dipengaruhi oleh tekanan eksternal.

Selain itu, konsep otonomi juga menjadi fokus penting dalam psikologi kebebasan. Otonomi merujuk pada rasa tanggung jawab dan kekuasaan atas pilihan dan tindakan individu. Ketika seseorang merasa memiliki otonomi yang tinggi, mereka cenderung merasa lebih berdaya dalam mengelola hidup mereka dan lebih mampu mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Otonomi juga dikaitkan dengan peningkatan motivasi, kebahagiaan, dan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

Selanjutnya, makna juga menjadi aspek penting dalam pencarian kebebasan dan kesejahteraan psikologis. Individu cenderung mencari arti dan tujuan dalam kehidupan mereka, dan merasa puas ketika mereka dapat mengalami kehidupan yang sesuai dengan nilai-nilai dan tujuan mereka. Makna memberikan struktur dan arah dalam hidup, membantu individu merasa terhubung dengan diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka.

Penting untuk mencatat bahwa kebebasan, otonomi, dan makna adalah konsep yang relatif dan subjektif, dan dapat bervariasi antara individu dan budaya. Faktor-faktor seperti latar belakang budaya, agama, dan pengalaman hidup individu dapat memengaruhi persepsi mereka tentang apa yang merupakan kebebasan, otonomi, dan makna dalam kehidupan mereka.

Selanjutnya, dalam era modern ini, masyarakat sering kali dihadapkan pada tekanan dan tantangan yang kompleks, yang dapat memengaruhi kemampuan individu untuk mencapai kebebasan dan kesejahteraan psikologis. Teknologi modern, globalisasi, dan perubahan sosial ekonomi dapat memberikan tekanan tambahan pada individu, menyebabkan ketidakseimbangan dan kebingungan dalam mencari ruang hidup yang bermakna dan otonom.

Pengembangan teknologi juga memengaruhi cara individu berinteraksi dengan lingkungan sekitar mereka, termasuk interaksi sosial dan kebutuhan akan konektivitas dan pengakuan sosial. Hal ini dapat memengaruhi persepsi individu tentang otonomi dan makna dalam kehidupan mereka, serta meningkatkan risiko isolasi sosial dan kesepian.

Selain itu, masalah seperti stres, depresi, dan kecemasan juga dapat menghalangi individu dalam mencapai kebebasan dan kesejahteraan psikologis. Peningkatan tekanan hidup sehari-hari dapat mengganggu keseimbangan psikologis, mengurangi rasa kontrol dan kepuasan hidup, dan menyulitkan pencarian makna dan tujuan dalam kehidupan.

Dalam konteks ini, psikologi kebebasan menjadi semakin relevan sebagai bidang penelitian dan praktik yang berfokus pada pengembangan strategi dan intervensi untuk membantu individu mencapai ruang hidup yang otonom dan bermakna. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang konsep kebebasan, otonomi, dan makna, serta faktor-faktor yang memengaruhi pencapaian mereka, praktisi psikologi dapat membantu individu dalam menavigasi kompleksitas kehidupan modern dan mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal.

Dalam konteks yang semakin kompleks ini, penelitian dalam psikologi kebebasan terus berkembang untuk mengeksplorasi berbagai aspek yang memengaruhi kemampuan individu dalam mencapai kesejahteraan psikologis. Fokus penelitian meliputi identifikasi faktor-faktor yang mendukung atau menghambat kebebasan dan otonomi individu, pengembangan intervensi psikologis yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta pemahaman lebih lanjut tentang peran konteks sosial, budaya, dan ekonomi dalam pembentukan konsep kebebasan dan makna.

Dalam praktik psikologis, pendekatan terapi dan konseling yang berbasis pada psikologi kebebasan bertujuan untuk membantu individu mengatasi rintangan-rintangan yang menghalangi mereka dalam mencapai kebebasan dan kesejahteraan psikologis. Pendekatan ini mungkin melibatkan pengembangan keterampilan koping, pemahaman diri, dan pengelolaan emosi, serta eksplorasi nilai-nilai dan tujuan hidup yang memberikan makna dan tujuan.

Selain itu, pendidikan dan advokasi juga merupakan komponen penting dari praktik psikologi kebebasan. Memberikan informasi dan pengetahuan tentang konsep kebebasan, otonomi, dan makna kepada masyarakat dapat membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya faktor-faktor ini dalam mencapai kesejahteraan psikologis. Advokasi untuk perubahan sosial dan kebijakan yang mendukung otonomi individu juga merupakan bagian dari upaya untuk menciptakan lingkungan yang mendukung bagi pertumbuhan dan perkembangan psikologis yang optimal.

Dalam dunia pendidikan, integrasi konsep psikologi kebebasan dalam kurikulum dapat membantu mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan bagi individu untuk mencapai kebebasan dan kesejahteraan psikologis. Ini mungkin melibatkan pembelajaran tentang keterampilan manajemen emosi, pengambilan keputusan, dan komunikasi interpersonal, serta refleksi tentang nilai-nilai dan tujuan hidup yang memberikan makna.

Dengan demikian, psikologi kebebasan tidak hanya menjadi fokus penelitian akademik, tetapi juga memiliki implikasi praktis yang signifikan dalam berbagai bidang kehidupan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang memengaruhi kebebasan dan kesejahteraan psikologis, praktisi psikologi dapat membantu individu, keluarga, dan masyarakat secara luas untuk mencapai kehidupan yang lebih otonom, bermakna, dan memuaskan.

Metode Penelitian

Metode Penelitian:

Metode dalam Psikologi Kebebasan untuk menemukan ruang hidup yang otonom dan bermakna melibatkan serangkaian pendekatan dan strategi yang berfokus pada pengembangan kesadaran diri, pengelolaan emosi, eksplorasi nilai-nilai dan tujuan hidup, serta pembangunan keterampilan koping dan pengambilan keputusan. Berikut adalah beberapa langkah yang dapat diambil dalam mengimplementasikan metode ini:

- 1. Evaluasi Diri: Langkah pertama dalam metode ini adalah melakukan evaluasi diri secara jujur dan reflektif. Individu diajak untuk memeriksa aspek-aspek penting dalam kehidupan mereka, termasuk hubungan interpersonal, pekerjaan, kesehatan, dan kegiatan rekreasi.*
- 2. Identifikasi Nilai dan Tujuan: Setelah melakukan evaluasi diri, individu didorong untuk mengidentifikasi nilai-nilai dan tujuan hidup yang paling penting bagi mereka. Ini melibatkan refleksi mendalam tentang apa yang benar-benar penting dalam kehidupan dan apa yang memberikan makna dan tujuan.*
- 3. Pengembangan Kesadaran Diri: Salah satu fokus utama dalam metode ini adalah pengembangan kesadaran diri yang lebih dalam. Individu didorong untuk mengenali pola-pola pikiran, emosi, dan perilaku mereka, serta memahami bagaimana faktor-faktor ini memengaruhi kehidupan mereka.*
- 4. Pengelolaan Emosi: Langkah penting dalam mencapai kebebasan psikologis adalah pengelolaan emosi yang efektif. Individu diajak untuk belajar mengenali dan mengelola emosi mereka dengan cara yang sehat dan konstruktif, sehingga mereka dapat merespons dengan lebih baik terhadap tantangan dan stres dalam hidup.*
- 5. Pengembangan Keterampilan Koping: Metode ini juga mencakup pengembangan keterampilan koping yang efektif. Individu diajar untuk mengidentifikasi strategi koping yang tepat untuk mengatasi stres dan tekanan, serta mengembangkan ketangguhan mental yang diperlukan untuk menghadapi rintangan hidup.*
- 6. Eksplorasi Makna dan Tujuan: Selanjutnya, individu didorong untuk secara aktif mengeksplorasi makna dan tujuan hidup mereka. Ini melibatkan refleksi mendalam*

tentang apa yang benar-benar penting dalam kehidupan mereka, serta langkah-langkah konkret untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut.

- 7. Pembangunan Hubungan yang Bermakna: Salah satu aspek penting dalam mencapai kebebasan psikologis adalah memiliki hubungan yang bermakna dan mendukung. Individu didorong untuk membangun dan memperkuat hubungan dengan orang-orang yang berarti baginya, serta mencari dukungan dari orang-orang ini dalam perjalanan mencapai kesejahteraan psikologis.*
- 8. Integrasi dalam Kehidupan Sehari-hari: Terakhir, metode ini menekankan pentingnya mengintegrasikan semua konsep dan keterampilan yang dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. Individu didorong untuk menggunakan pendekatan ini secara konsisten dalam berbagai aspek kehidupan mereka, sehingga mereka dapat mencapai kebebasan dan kesejahteraan psikologis yang lebih besar.*

PEMBAHASAN

Dalam konteks Psikologi Kebebasan untuk menemukan ruang hidup yang otonom dan bermakna, "kebebasan" menandakan kemampuan individu untuk membuat pilihan yang sesuai dengan nilai-nilai, keyakinan, dan preferensi pribadi mereka tanpa terlalu dipengaruhi oleh tekanan eksternal. Ini melibatkan perasaan kontrol dan kekuasaan atas hidup mereka sendiri, serta kemampuan untuk mengeksplorasi dan mengekspresikan diri secara autentik. "Otonomi" merujuk pada rasa tanggung jawab dan kekuasaan atas pilihan dan tindakan individu, di mana mereka merasa memiliki kendali yang cukup terhadap hidup mereka sendiri. Sedangkan "makna" menunjukkan struktur dan arah dalam hidup, yang memberikan pemahaman tentang tujuan dan nilai-nilai yang memberikan signifikansi pada kehidupan individu. Konsep-konsep ini menjadi kunci dalam memahami bagaimana individu mencari kesejahteraan psikologis dan membangun kehidupan yang bermakna.

Dalam mencapai kesejahteraan psikologis, penting bagi individu untuk merasa memiliki kontrol dan kebebasan dalam mengelola kehidupan mereka. Ketika mereka merasa memiliki kemampuan untuk membuat pilihan dan mengambil tindakan yang sesuai dengan nilai-nilai dan tujuan mereka, mereka lebih cenderung merasa puas dan bahagia dengan hidup mereka. Otonomi juga memainkan peran penting dalam memberikan rasa tanggung jawab dan kekuasaan atas kehidupan individu, yang meningkatkan motivasi dan kesejahteraan secara keseluruhan. Selain itu, makna memberikan arah dan tujuan dalam hidup, membantu individu merasa terhubung dengan diri mereka sendiri dan dunia sekitar mereka, serta memberikan struktur dan arti pada pengalaman hidup mereka.

Konsep-konsep kunci ini membantu menjelaskan bagaimana individu mencapai kebebasan dan kesejahteraan psikologis. Mereka menunjukkan pentingnya memiliki kontrol dan otonomi atas hidup mereka sendiri, serta memiliki tujuan dan nilai-nilai yang memberikan makna pada pengalaman hidup mereka. Dengan memahami dan memperkuat konsep-konsep ini, individu dapat memperkuat kualitas hidup mereka dan mencapai

kesejahteraan psikologis yang lebih besar. Oleh karena itu, kebebasan, otonomi, dan makna adalah kunci untuk mencapai ruang hidup yang otonom dan bermakna dalam psikologi.

Konsep kebebasan, otonomi, dan makna juga memainkan peran penting dalam pengembangan identitas individu. Ketika seseorang merasa memiliki kontrol dan kebebasan dalam menjalani kehidupan mereka, mereka lebih mampu untuk mengeksplorasi dan mengembangkan aspek-aspek diri mereka yang unik. Otonomi memungkinkan individu untuk merumuskan identitas mereka sendiri berdasarkan nilai-nilai dan tujuan pribadi mereka, tanpa terlalu dipengaruhi oleh ekspektasi atau tekanan eksternal.

Selain itu, konsep-konsep ini juga berhubungan dengan kesejahteraan mental dan emosional. Ketika individu merasa memiliki kontrol atas hidup mereka dan dapat hidup sesuai dengan nilai-nilai dan tujuan mereka, mereka cenderung merasa lebih puas dan bahagia secara keseluruhan. Otonomi memungkinkan individu untuk merasa berdaya dalam mengelola tantangan dan stres yang muncul dalam kehidupan mereka, sementara makna memberikan alasan untuk menjalani hidup dengan penuh semangat dan tujuan.

Selain itu, konsep-konsep ini juga memiliki implikasi dalam bidang sosial dan budaya. Dalam masyarakat yang memberikan ruang bagi kebebasan dan otonomi individu, orang cenderung merasa lebih dihargai dan diakui sebagai individu yang unik. Ini dapat menciptakan lingkungan yang mendukung untuk pertumbuhan dan perkembangan individu, serta meningkatkan kualitas hubungan interpersonal dan kesejahteraan sosial secara keseluruhan.

Namun, tantangan muncul ketika individu menghadapi hambatan dalam mencapai kebebasan dan kesejahteraan psikologis. Faktor-faktor seperti tekanan sosial, ekonomi, dan politik dapat membatasi kemampuan individu untuk merasa bebas dan berdaya dalam mengelola hidup mereka. Oleh karena itu, perlu adanya dukungan dari lingkungan sosial dan sistem yang lebih luas untuk menciptakan kondisi yang mendukung bagi pertumbuhan dan kesejahteraan psikologis individu.

Dalam kesimpulan, konsep kebebasan, otonomi, dan makna merupakan kunci untuk mencapai kesejahteraan psikologis dan membangun kehidupan yang bermakna. Dengan memiliki kontrol atas hidup mereka dan merumuskan tujuan serta nilai-nilai yang memberikan makna, individu dapat merasa lebih puas dan bahagia dengan hidup mereka. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan memperkuat konsep-konsep ini dalam rangka menciptakan ruang hidup yang otonom dan bermakna bagi individu.

Pembahasan tentang konsep kebebasan, otonomi, dan makna dalam psikologi membuka ruang untuk memahami bagaimana faktor-faktor ini saling terkait dan mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Pertama-tama, kebebasan adalah kemampuan individu untuk membuat pilihan yang sesuai dengan nilai-nilai, keyakinan, dan preferensi pribadi mereka. Kebebasan ini merupakan prasyarat untuk mencapai otonomi, yang menandakan adanya rasa tanggung jawab dan kekuasaan atas pilihan dan tindakan

individu. Dalam konteks psikologis, keduanya membentuk dasar yang kuat untuk mencapai kesejahteraan mental dan emosional.

Selanjutnya, otonomi memberikan individu perasaan kendali dan kekuasaan atas hidup mereka, yang merupakan faktor penting dalam menciptakan rasa kepuasan dan kesejahteraan psikologis. Ketika individu merasa memiliki otonomi yang cukup, mereka cenderung merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan hidup dan lebih mampu untuk mengeksplorasi dan mengembangkan potensi mereka. Hal ini juga membantu individu untuk merasa lebih bermakna dan terhubung dengan diri mereka sendiri, yang merupakan aspek penting dari kesejahteraan psikologis.

Makna hidup, di sisi lain, memberikan arah dan tujuan dalam hidup individu. Saat individu merasa bahwa hidup mereka memiliki makna yang dalam dan berarti, mereka lebih cenderung merasa puas dan bahagia secara keseluruhan. Makna memberikan kerangka kerja yang penting untuk mengevaluasi pengalaman hidup dan menentukan prioritas serta tujuan yang signifikan bagi individu. Dengan demikian, kebebasan, otonomi, dan makna saling terkait dan saling memperkuat dalam menciptakan kesejahteraan psikologis.

Selain itu, konsep-konsep ini juga memiliki implikasi yang luas dalam berbagai bidang kehidupan, termasuk hubungan interpersonal, pekerjaan, dan kesejahteraan sosial. Ketika individu merasa memiliki kebebasan dan otonomi dalam menjalani hidup mereka, mereka cenderung memiliki hubungan yang lebih sehat dan bermakna dengan orang-orang di sekitar mereka. Hal ini juga dapat berdampak positif pada kinerja dan produktivitas di tempat kerja, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Namun, tantangan muncul ketika individu menghadapi hambatan dalam mencapai kebebasan, otonomi, dan makna dalam hidup mereka. Faktor-faktor seperti tekanan sosial, ekonomi, dan politik dapat membatasi kemampuan individu untuk merasa bebas dan berdaya dalam mengelola hidup mereka. Oleh karena itu, penting untuk memperkuat dukungan dari lingkungan sosial dan sistem yang lebih luas, agar individu dapat menciptakan ruang hidup yang otonom dan bermakna.

Dalam mengakhiri, pemahaman yang mendalam tentang konsep kebebasan, otonomi, dan makna dapat membantu individu, keluarga, dan masyarakat secara luas untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Dengan memperkuat kontrol atas hidup mereka, merumuskan tujuan serta nilai-nilai yang memberikan makna, individu dapat merasa lebih puas dan bahagia dengan hidup mereka. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan memperkuat konsep-konsep ini dalam rangka menciptakan ruang hidup yang otonom dan bermakna bagi individu.

Selanjutnya, dalam konteks pengembangan diri dan pertumbuhan pribadi, konsep kebebasan, otonomi, dan makna menjadi landasan yang kuat. Ketika individu merasa memiliki kontrol yang cukup atas kehidupan mereka, mereka lebih cenderung untuk

mengeksplorasi potensi mereka secara maksimal. Otonomi memberikan ruang bagi individu untuk memilih jalur yang sesuai dengan minat dan keinginan mereka, sehingga mereka dapat merumuskan strategi dan tindakan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan pribadi.

Selain itu, konsep ini juga memiliki implikasi dalam pengelolaan emosi dan stres. Ketika individu merasa memiliki kebebasan untuk mengelola hidup mereka dan menjalani kehidupan sesuai dengan nilai-nilai dan tujuan mereka, mereka cenderung memiliki keterampilan yang lebih baik dalam mengatasi tantangan dan tekanan. Otonomi memungkinkan individu untuk merumuskan strategi koping yang efektif dan menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan dengan lebih baik, sehingga meningkatkan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

Namun, penting untuk diingat bahwa kebebasan dan otonomi juga berdampak dengan tanggung jawab. Individu perlu menyadari bahwa kebebasan untuk membuat pilihan juga membawa konsekuensi, dan mereka bertanggung jawab atas tindakan dan keputusan mereka. Hal ini menekankan pentingnya memiliki pemahaman yang mendalam tentang nilai-nilai dan tujuan hidup, sehingga individu dapat membuat pilihan yang sesuai dengan integritas dan moralitas mereka.

Selanjutnya, konsep ini juga memiliki implikasi dalam pembangunan masyarakat yang inklusif dan berkeadilan. Ketika individu merasa memiliki kebebasan dan otonomi untuk menjalani hidup mereka, mereka cenderung menjadi anggota masyarakat yang lebih aktif dan berkontribusi secara positif. Hal ini menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan kolektif, serta mempromosikan kesejahteraan sosial secara keseluruhan.

Dalam mengakhiri, konsep kebebasan, otonomi, dan makna membentuk dasar yang penting dalam mencapai kesejahteraan psikologis dan membangun kehidupan yang bermakna. Dengan memahami dan memperkuat konsep-konsep ini, individu dapat merasa lebih puas dan bahagia dengan hidup mereka, serta berkontribusi positif terhadap masyarakat secara luas. Oleh karena itu, penting untuk terus mengembangkan kesadaran dan pemahaman tentang kebebasan, otonomi, dan makna dalam rangka menciptakan ruang hidup yang otonom dan bermakna bagi individu dan masyarakat.

Kesimpulan

Secara keseluruhan, konsep kebebasan, otonomi, dan makna merupakan fondasi yang penting dalam memahami kesejahteraan psikologis dan pembangunan pribadi. Kebebasan memberikan individu kemampuan untuk membuat pilihan yang sesuai dengan nilai-nilai dan tujuan mereka, sementara otonomi memberikan rasa tanggung jawab dan kekuasaan atas pilihan dan tindakan individu. Makna hidup memberikan arah dan tujuan yang memberikan signifikansi pada pengalaman hidup individu.

Dalam pembahasan ini, telah dijelaskan bagaimana konsep-konsep ini saling terkait dan mempengaruhi kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Kebebasan, otonomi, dan makna membentuk dasar yang kuat untuk mencapai kesejahteraan mental dan emosional, serta membangun kehidupan yang bermakna. Ketika individu merasa memiliki kontrol dan kebebasan dalam menjalani hidup mereka, serta memiliki tujuan dan nilai-nilai yang memberikan makna, mereka cenderung merasa lebih puas dan bahagia dengan hidup mereka.

Namun, tantangan muncul ketika individu menghadapi hambatan dalam mencapai kebebasan, otonomi, dan makna dalam hidup mereka. Faktor-faktor seperti tekanan sosial, ekonomi, dan politik dapat membatasi kemampuan individu untuk merasa bebas dan berdaya dalam mengelola hidup mereka. Oleh karena itu, penting untuk memperkuat dukungan dari lingkungan sosial dan sistem yang lebih luas, agar individu dapat menciptakan ruang hidup yang otonom dan bermakna.

Dengan demikian, pemahaman yang mendalam tentang konsep kebebasan, otonomi, dan makna dapat membantu individu, keluarga, dan masyarakat secara luas untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Dengan memperkuat kontrol atas hidup mereka, merumuskan tujuan serta nilai-nilai yang memberikan makna, individu dapat merasa lebih puas dan bahagia dengan hidup mereka. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan memperkuat konsep-konsep ini dalam rangka menciptakan ruang hidup yang otonom dan bermakna bagi individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Nugraha, M. F. (2020). Dukungan sosial dan subjective well being siswa sekolah singosari delitua. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 1(1), 1-7.
- Khairuddin, K. (2021). Diagnosis Psikologi dalam Proses Rekrutmen Calon Paskibraka Provinsi Sumatera Utara Tahun 2021. *Gotong Royong: Jurnal Pengabdian, Pemberdayaan Dan Penyuluhan Kepada Masyarakat*, 1(1), 1-4.
- Khuzaimah, U. (2014). *Tes Inventory: EPPS & PAULI*.
- Aulia, A. M., Tarigan, R. S., Wibowo, H. T., & Dwiatma, G. (2022). Penerapan E-Gudang Sebagai Tempat Penampungan Ikan.
- Alfita, L. (2018). *Calling Orentator pada Perias jenazah Di Kota Medan. Prosiding Universitas Medan Area*, 1(1).
- Wahyuni, N. S., & Sembiring, S. M. (2019). Hubungan Antara Pola Asuh Demokratis Orangtua Dengan Kematangan Emosi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wahyuni, N. S., & Azis, A. (2013). Dampak Psikologis Terapi Ruqyah Syarriyah Terhadap Perilaku Agresif pada Pria Dewasa Madya.
- SIDABUTAR, P. R., & Harahap, G. Y. (2022). IDENTIFIKASI PELAT LANTAI PERON TINGGI PADA PEMBANGUNAN STASIUN LUBUK PAKAM BARU. *Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Nugraha, M. F. *The Development and Validation offihad Academic Scale (JAS)*.
- Dewi, S. S. (2012). Hubungan Kualitas Kelekatan dan Kemampuan Kreatifitas.
- Darmayanti, N., & Alfita, L. (2017). Regulasi Emosi Ditinjau Dari Suku Batak Toba dan Suku Jawa.
- Wahyuni, N. S. (2014). Hubungan Self-Efficacy dan Disiplin Dengan Kemandirian Belajar Siswa SMA Bina Taruna Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Karim, A. (2017). Efektivitas Beberapa Produk Pembersih Wajah Antiacne Terhadap Balderi Penyebab Jerawat Propianibacterium acnes.
- Dalimunthe, H. A. (2022). Hubungan Antara Kepuasan Kerja Dengan Loyalitas Kerja Pada Anggota Polri Di Kantor Samsat Sumatera Utara (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Siregar, E. S. (2009). Hubungan antara Kesadaran Fonologis dan Intelegensi dengan Kemampuan Membaca Permulaan Siswa/i Kelas 1 SDIT Nurul Ilmi.
- Lubis, M. R., & Hardjo, S. (2004). Hubungan Antara Keadaan Father Absence Temporer Dengan Motif Berprestasi Siswi SD Hang Tuah Belawan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Alfita, L. (2011). Kesadaran Beragama Dengan Kecenderungan Perilaku Altruistik Pada Remaja.
- Alfita, L., & Munir, A. (2016). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Diri Istri Terhadap Mertua (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hardjo, S., & Novita, E. (2021). Hubungan Komunikasi Atasan Dan Bawahan Dengan Loyalitas Karyawan PT. Mopoli Raya Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Dalimunthe, N. A. (2020). Analisis Kadar Metamfetamin dalam Rambut Pengguna Sabu-Sabu Menggunakan Metode Kolom Ekstraksi dengan Nanobentonit Alam Sebagai Adsorben dan Gas Chromatography Mass Spectrometry (GCMS) (Doctoral dissertation, Universitas Sumatera Utara).
- Munir, A., & Aziz, A. (2017). Hubungan Self Eficacy dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Self Regulated Learning Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan.
- Wahyuni, N. S., & Khairuddin, K. (2021). Hubungan Antara Kepuasan Kerja Dengan Komitmen Organisasi Pada Guru Disekolah Perguruan Taman Siswa Diski (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hafni, M. (2005). Hubungan Antara Relasi Interpersonal Dalam Keluarga Dengan Kemandirian Pada Anak Penyandang Retardasi Mental.
- Nugraha, M. F. (2019). Iklim organisasi dan kepuasan kerja guru di sekolah Singosari Delitua. *Jurnal Diversita*, 5(1), 19-23.
- Tarigan, R. S., & Dwiatma, G. (2022). ANALISA STEGANOGRAFI DENGAN METODE BPCS (Bit-Plane Complexity Segmentation) DAN LSB (Least Significant Bit) PADA PENGOLAHAN CITRA.
- Siregar, M., & Hasmayni, B. (2011). Studi Identifikasi Ketertarikan Interpersonal dalam Memilih Pasangan Hidup Pada Remaja Akhir di Kelurahan Sungai Sentosa Kecamatan Panai Hulu Kabupaten Labuhan Batu (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Azis, A. (2014). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Remaja Di Sma Dharmawangsa Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

- Hafni, M. (2005). *Implementasi Tahap Tahap Perkembangan Kognitif Piaget Pada Penguasaan Konsep IPA Siswa Kelas Sekolah Dasar*.
- Adha, S. (2022). *Faktor revolusi perilaku konsumen era digital: sebuah tinjauan literatur*. *JIPIS*, 31(2), 134-148.
- OKTAVIANI, R., & Syarif, Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN MERCU PADA BENDUNGAN LAU SIMEME SIBIRU-BIRU-DELISERDANG SUMATERA UTARA*. *Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Tarigan, R. S., Azhar, S., & Wibowo, H. T. (2021). *Manual Procedure Petunjuk Penggunaan Aplikasi Registrasi Asrama Kampus*.
- LUMBANRAJA, W., & Harahap, G. Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN IRIAN SUPERMARKET TEMBUNG-PERCUT SEI TUAN SUMATERA UTARA*. *Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Lubis, L., & Aziz, A. (2014). *Efektifitas Permainan Tradisional Kucing-Kucingan untuk Mengembangkan Prilaku Sosial Anak di TK Rokan Jaya*.
- Alfita, L. (2012). *Hubungan Antara Motivasi Konsumen dan Keterlibatan Konsumen Terhadap Pengambilan Keputusan Pembelian*.
- Tarigan, R. S. (2017). *Manual Procedure Petunjuk Penggunaan Academic Online Campus (AOC)*.
- Eky Ermal, M. (2019). *PROFIL KINERJA RETURN DAN RESIKO PADA SAHAM TIDAK BERETIKA: STUDI KASUS PERUSAHAAN ROKOK DI INDONESIA*.
- Fachrosi, E., & Supriyantini, S. *Jurnal Diversita*.
- Siregar, M. (2013). *Hubungan Antara Daya Persuasi Dengan Prestasi Menjual Wiraniaga PT. Rajawali Nusindo Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Dalimunthe, H. A., & Lubis, D. M. G. S. (2022). *Konsep Diri Remaja Laki-Laki Dari Keluarga Yang Mengalami Broken Home Untuk Memilih Tinggal Bersama Ibu/Konsep Diri Remaja Laki-Laki Dari Keluarga Yang Mengalami Broken Home Untuk Memilih Tinggal Bersama Ibu*.
- Novita, E. (2012). *Perbedaan Agresivitas Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua*. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 4(2), 53-60.
- Munir, A., & Dalimunthe, H. A. (2022). *Hubungan Kepuasan Kerja dengan Intensi Turnover pada Divisi Jasa Kontraktor dan Operasional CV. Buana Pilar Mandiri Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Alfita, L. (2011). *Hubungan Berfikir Positif Dengan Daya Tahan Stres*.
- Khairuddin, K. (2021). *KOMITMEN ORGANISASI DITINJAU DARI MASA KERJA*. *JURNAL SOCIAL LIBRARY*, 1(2), 33-38.
- Wahyuni, N. S. (2013). *Hubungan Self Efficacy dengan Stres Kerja pada Wartawan Harian Metro 24 Jam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Suri, F., & Nurjayanti, F. (2022). *The Correlation between Organizational Culture and Employee Engagement for the Employees in Primer Koperasi TKBM Upaya Karya at Belawan Harbour*.
- Isnainy, A. A. (2016). *Perbedaan Coping Stress Penderita Kanker Ditinjau dari Jenis Kelamin di RSUP H. Adam Malik Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Novita, E. (2022). *Hubungan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Pertanian Universitas Medan Area*. *JURNAL PENELITIAN PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN KESEHATAN (J-P3K)*, 3(2), 154-159.
- Hafni, M. (2022). *Pengantar Psikologi Kesehatan Mental*.
- TARIGAN, R. G., & Harahap, G. Y. (2022). *LAPORAN KERJA PRAKTEK PROYEK PEMBANGUNAN GEDUNG MENARA BRI JL. PUTRI HIJAU NO. 2-KOTA MEDAN*. *Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Hafni, M. (2023). *Hubungan Antara Self-Regulation Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Di Sma Panca Budi Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Dewi, S. S., & Alfita, L. (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Desa Paya Gambar (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Istiana, I. (2018). *Perbedaan Harga Diri Remaja Ditinjau Dari Status Keluarga Pada Sma Al-Ulum Medan*. *Psikologi Konseling*, 11(2).
- Alfita, L., & Munir, A. (2017). *Perbedaan Perilaku Altruistik di Tinjau Dari Tempat Tinggal Pada Remaja SMA (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Dewi, S. S. (2014). *Dampak Mahar Tinggi dengan Harga Diri Pemuda Pra-Nikah Aceh*.
- Nasution, R. A. (2017). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Orangtua Dengan Kemandirian Belajar Siswa Di Sma Dharma Pancasila Medan*.
- Hasibuan, N. W. R. (2020). *Hubungan Antara Perkembangan Moral dengan Perilaku Prososial Pada Remaja di Perguruan Ki Hajar Dewantara Kotapinang (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Harahap, G. Y. (2004). *Decentralization and its Implications on the development of Housing in Medan*.
- Hasmayni, B., Musfirah, A., & Khuzaimah, U. (2013). *Perbedaan Kemandirian yang Mengikuti Kegiatan Pramuka dengan yang Tidak Mengikuti Kegiatan Pramuka pada Siswa MAN 1 Medan*.

- Dalimunthe, H. A. (2018). *Studi Identifikasi Faktor Kecanduan Internet di Sekolah Menengah Pertama Negeri Satu Bandar Kab. Bener Meriah (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Wahyuni, N. S., & Alfita, L. (2017). *Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kecenderungan Narsistik Pada Remaja Pengguna Jejaring Sosial di SMA Swasta Sinar Husni*.
- Hardjo, S. (2004). *Kemampuan Mengendalikan Emosi Negatif Dengan Kemampuan Memecahkan Masalah*.
- Hafni, M. (2005). *Studi Tentang Hubungan Antara Kemampuan Mengendalikan Emosi Dasar Negatif Dengan Prestasi Belajar*.
- Khuzaimah, U., & Alfita, L. (2016). *Pengambilan Keputusan Pada Dewasa yang Melakukan Konversi Agama (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Dalimunthe, H. A. (2021). *Palang Merah Indonesia (PMI) Serdang Bedagai Menyalurkan Bantuan di Masa Pandemi Covid 19. Gotong Royong: Jurnal Pengabdian, Pemberdayaan Dan Penyuluhan Kepada Masyarakat, 1(1), 7-8*.
- Tarigan, R. S. (2016). *Manual Procedure Petunjuk Penggunaan Elearning. uma. ac. id*.
- Siregar, M., Ratzy, A. F., & Munir, A. (2014). *Hubungan Antara Peran Ayah Dengan Motivasi Berprestasi Siswa di SMA Perguruan Taman Siswa Medan*.
- Alfita, L. (2019). *Perbedaan Coping Stress Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Penderita Kanker (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Wahyuni, N. S., & Budiman, Z. (2013). *Hubungan Interaksi Sosial Dengan Motivasi Belajar Siswa di Pesantren Ar-Raudhatul hasanah Paya Bundung Medan*.
- Aziz, A. (2020). *Hubungan Antara Kepuasan Kerja Terhadap Organizational Citizenship Behavior (OCB) Pada Karyawan Perum LPPNPI Cabang Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Tampubolon, E. (2022). *Hubungan Antara Work Life Balance dengan kepuasan kerja pada Kary awan di PT. Latexindo Toba Perkasa Binjai*.
- Fauziah, I. (2009). *Multiplikasi Tanaman Krisan (Chrysanthemum sp.) dengan Menggunakan Media MS (Murashige-Skoog) Padat*.
- Wahyuni, N. S. (2016). *Sistem Administrasi Pelayanan Kesehatan Dalam Hal Penerimaan Pasien Opname Asuransi Kesehatan di Rumah Sakit Umum HA Malik Medan*.
- Wahyuni, N. S. (2012). *Hubungan Motivasi Berprestasi dengan Komitmen Karyawan Pada PT. Bank BRI Persero TBK Cabang Sisingamangaraja*.
- Tarigan, R. S., & Dwiatma, G. *ANALISA STEGANOGRAFI DENGAN METODE BPCS (Bit-Plane Complexity Segmentation) DAN LSB (Least Significant Bit) PADA PENGOLAHAN CITRA*.
- Tarigan, R. S., Wasmawi, I., & Wibowo, H. T. (2020). *Manual Procedure Petunjuk Penggunaan Sistem Tanda Tangan Gaji Online (SITAGO)*.
- SAJIWO, A., & Harahap, G. Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN SPBU SHELL ADAM MALIK. Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik, 1(3)*.
- Suri, F. (2020). *Pengaruh Persepsi Dukungan Organisasi Terhadap Kesiapan Untuk Berubah Karyawan. JURNAL ISLAMIKA GRANADA, 1(1), 37-43*.
- Tarigan, R. S. (2022). *KEBERMANFAATAN TEKNOLOGI SISTEM INFORMASI PADA DUNIA PENDIDIKAN DI INDONESIA*.
- Novita, E. (2017). *Perbedaan penerimaan diri ibu yang memiliki anak tunagrahita ditinjau dari tingkat pendidikan di SLB-E PTP Medan. Jurnal Diversita, 3(1), 55-62*.
- Hardjo, S. (2000). *Tingkat Perbedaan Intensi Agresivitas Antara Siswa Pria di Sekolah Menengah Kejuruan dan Sekolah Menengah Umum di Medan*.
- Alfita, L. (2010). *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku Prosocial*.
- Panggabean, N. H. (2022). *Pengaruh Psychological Well-Being dan Kepuasan Kerjaterhadap Stres Kerja Anggota Himpunan Penerjemah Indonesia (HPI) (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Ummu, K. (2016). *Model Penanganan Dampak Psikologis Kekerasan Seksual Terhadap Anak*.
- Dewi, S. S., & Dalimunthe, H. A. (2022). *Efikasi Guru dalam Mengembangkan Religiusitas Siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri Kelas Awal. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 6(4), 3488-3502*.
- Hardjo, S. (2021). *Studi Identifikasi Faktor Penyebab Stres Akademik Pada Siswa SMA Swasta Budisatrya Medan*.
- Wahyuni, N. S. (2013). *The Relationship Between Self-Efficacy and Stress at Work Experienced by Journalists of Harian Metro 24 Jam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Siregar, M. (2017). *Analisa Pembakaran Pada Ruang Bakar Boiler Untuk Kebutuhan 30 Ton/Jam Tekanan 20 Bar Dengan Bahan Bakar Cangkang dan Fiber*.
- Wahyudi, A., & Tarigan, R. S. (2022). *SISTEM INFORMASI SEKOLAH BERBASIS WEB PADA SMP NUSA PENIDA. Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik, 1(3)*.
- Khuzaimah, U. (2009). *Pengalaman Pindah Agama*.

- Dewi, S. S. (2012). *Konsep Diri Menurut Psikologi Kognitif*.
- Munir, A., & Aziz, A. (2014). *Perbedaan Kompetensi Pedagogik, Kompetensi Kepribadian, Kompetensi Sosial dan Kompetensi Profesional Guru yang Sertifikasi dan Non Sertifikasi pada SD Negeri di Kecamatan Bahorok Kabupaten Langkat*.
- Harahap, G. Y. (2001). *Taman Bermain Anak-Anak di Medan Tema Arsitektur Perilaku (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Purba, A. W. D., & Alfita, L. (2018). *Perbedaan Motivasi Kerja antara Karyawan Kontrak dengan Karyawan Tetap di JNE Express Across Nation Cabang Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Hasanuddin, H. (2021). *Gambaran Dominasi Kecerdasan Jamak dan Pengaruhnya Terhadap Gaya Belajar Mahasiswa. Jurnal Diversita, 7(1), 97-105*.
- Wahyuni, N. S. (2015). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Memaafkan Pada Mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Siregar, M. (2021). *Hubungan Antara Kepercayaan Pelanggan Dengan Loyalitas Pelanggan Terhadap Online Shop. Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K), 2(1), 83-88*.
- Faadhil, F. (2020). *METODE TOKEN ECONOMY UNTUK MEMODIFIKASI PERILAKU ANAK OPPOSITIONAL DEFIANT DISORDERS. JURNAL ISLAMIKA GRANADA, 1(1), 34-42*.
- Siregar, K. S. A. (2018). *Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi kerja pada pegawai negeri sipil dinas perumahan kawasan permukiman dan penataan ruang*.
- Khairuddin, K. (2020). *PENGARUH KEPEMIMPINAN TRANSFORMASIONAL TERHADAP ORGANIZATIONAL CITIZENSHIP BEHAVIOUR. JURNAL ISLAMIKA GRANADA, 1(1), 27-33*.
- Harahap, G. Y. (2013). *Community Enhancement Through Participatory Planning: A Case of Tsunami-disaster Recovery of Banda Aceh City, Indonesia (Doctoral dissertation, Universiti Sains Malaysia)*.
- Tarigan, S. O. P. (2017). *Pengaruh Kesadaran Wajib Pajak, Pelayanan Fiskus, dan Sanksi Pajak Terhadap Kepatuhan Wajib Pajak Orang Pribadi yang Melakukan Kegiatan Usaha dan Pekerjaan Bebas pada KPP Pratama Medan Kota (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Wahyuni, N. S. (2014). *Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Yang Demokratis Dengan Kecerdasan Emosional Pada Siswa/I SMP YP TD Pardede Foundation (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Hardjo, S., & Lubis, A. W. (2011). *Hubungan Antara Persepsi Pola Asuh Permisif Orangtua dengan Perilaku Bullying Remaja di MTsS Al-Ulum Medan*.
- Ramadhani, M. R., & Syarif, Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN SALURAN PENGHUBUNG PADA BENDUNG DI SERDANG. Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik, 1(3)*.
- Azhar, S. (2013). *Studi Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresifitas Remaja Pemain Point Blank (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Siregar, E. S., Budiman, Z., & Novita, E. (2013). *Buku Pedoman Kegiatan Praktikum di Laboratorium Psikologi*.
- Wahyuni, N. S. (2016). *Asesment Psikologi Interview*.
- Syarif, Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN PERLUASAN GUDANG BOILER PT. INDOFOOD CBP SUKSES MAKMUR TBK DELI SERDANG. Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik, 1(3)*.
- Minauli, I., & Alfita, L. (2015). *Self-efficacy Siswa Sekolah Dasar yang Mengikuti Metode Matematika Otak Kanan*.
- Purba, A. W. D., & Dewi, S. S. (2017). *Hubungan antara Word of Mouth Communication dengan Keputusan Membeli Melalui Media Internet pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*.
- Aziz, A. (2022). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMP Satu Atap UPT XV Buluh Carak Kota Subulussalam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Hardjo, S., & Rajagukguk, R. M. (2003). *Perbedaan Motif Berafiliasi Antara Perawat Berpendidikan Akademi Perawat Dengan Perawat Berpendidikan Sekolah Perawat Kesehatan di Rumah Sakit Dr. Pirngadi Medan*.
- Chandra, A., & Dalimunthe, H. A. (2019). *Study Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Peran Orang Tua pada Akhlak dalam Mendidik Anak Usia Dini (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Lubis, S. A., & Aziz, A. (2014). *Hubungan antara Konsep Diri dan Pusat Kendali (Locus of Control) dengan Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri 2 Tanah Jambo Aye Aceh Utara*.
- Fauziah, I. L. (2022). *PENGARUH KEPEMIMPINAN KEPALA SEKOLAH, KOMUNIKASI INTERPERSONAL DAN MOTIVASI KERJA TERHADAP KINERJA GURU RAUDHATUL ATHFAL (RA) DI KABUPATEN KULON PROGO (Doctoral dissertation, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang)*.
- Dewi, S. S. (2021). *Efikasi Guru Dalam Mengembangkan Pendidikan Karakter Siswa Sekolah Dasar Islam Terpadu di Sumatera Utara (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta)*.