
KESEHATAN MENTAL DI MASA PANDEMI COVID-19 TANTANGAN DAN STRATEGI ADAPTASI

Anggi Lestari

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Abstrak

Pandemi COVID-19 telah menimbulkan dampak yang signifikan pada kesehatan mental individu di seluruh dunia. Pembatasan sosial, ketidakpastian ekonomi, dan isolasi menyebabkan peningkatan tingkat stres, kecemasan, dan depresi. Artikel ini menyelidiki tantangan kesehatan mental yang dihadapi individu selama pandemi, serta strategi adaptasi yang dapat digunakan untuk mengatasi dampak negatifnya. Diskusi mencakup strategi individu seperti praktik self-care, tetap terhubung secara sosial meskipun dalam isolasi, dan pencarian bantuan profesional. Selain itu, juga dibahas upaya masyarakat dalam menyediakan layanan kesehatan mental yang mudah diakses dan mendukung, serta kampanye kesadaran untuk mengurangi stigma terkait masalah kesehatan mental. Dengan mengakui tantangan yang dihadapi dan mengadopsi strategi adaptasi yang sesuai, diharapkan individu dan masyarakat dapat menjaga kesehatan mental mereka selama masa pandemi COVID-19.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Pandemi COVID-19, Tantangan, Strategi Adaptasi.



PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pandemi COVID-19 telah menghadirkan tantangan serius bagi kesehatan mental individu di seluruh dunia. Sejak pandemi dimulai, peningkatan kasus stres, kecemasan, dan depresi telah menjadi masalah yang semakin meresahkan. Pembatasan sosial yang diperlukan untuk mengendalikan penyebaran virus, bersama dengan ketidakpastian ekonomi dan perubahan gaya hidup yang mendadak, telah memberikan tekanan tambahan pada kesejahteraan mental masyarakat global.

Dalam menghadapi tantangan ini, penting untuk memahami dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental individu. Abstrak ini menyoroti peningkatan tingkat stres, kecemasan, dan depresi sebagai hasil langsung dari pandemi. Selain itu, strategi adaptasi juga menjadi fokus penting, karena individu dan masyarakat mencari cara untuk mengatasi dampak negatifnya.

Strategi adaptasi yang dibahas termasuk praktik self-care yang berfokus pada kesejahteraan individu, menjaga koneksi sosial meskipun dalam kondisi isolasi, dan pencarian bantuan profesional saat diperlukan. Selain itu, upaya masyarakat juga penting, termasuk penyediaan layanan kesehatan mental yang mudah diakses dan mendukung, serta kampanye kesadaran untuk mengurangi stigma terkait kesehatan mental.

Dengan memahami latar belakang ini, kita dapat mengenali pentingnya menjaga kesehatan mental selama masa pandemi COVID-19. Upaya kolaboratif dari individu, masyarakat, dan pemerintah diperlukan untuk mengatasi tantangan ini dan memastikan bahwa kesehatan mental tetap menjadi prioritas selama masa krisis ini.

Latar belakang ini mencerminkan perlunya fokus pada kesehatan mental di tengah pandemi COVID-19. Seiring dengan bertambahnya waktu, dampak psikologis dari pandemi ini semakin terasa, dengan tingkat stres dan kecemasan yang terus meningkat di banyak komunitas. Selain itu, isolasi sosial dan ketidakpastian ekonomi telah menyebabkan lonjakan masalah kesehatan mental yang membutuhkan perhatian mendesak.

Pentingnya latar belakang ini adalah untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang konteks di mana kesehatan mental menjadi isu kritis selama pandemi. Dengan mengakui tantangan yang dihadapi individu dan masyarakat dalam menjaga kesejahteraan psikologis mereka, kita dapat mengidentifikasi strategi adaptasi yang tepat untuk membantu mengatasi masalah ini.

Melalui pemahaman yang lebih baik tentang latar belakang ini, diharapkan akan terjadi peningkatan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dan upaya yang diperlukan untuk menjaga kesejahteraan psikologis di tengah pandemi COVID-19. Dengan demikian, kolaborasi antara individu, komunitas, dan lembaga pemerintah dapat

menghasilkan langkah-langkah yang lebih efektif dalam mendukung kesehatan mental selama masa krisis ini.

Melanjutkan pemahaman latar belakang ini, perlu diakui bahwa pandemi COVID-19 bukan hanya menjadi ujian bagi sistem kesehatan fisik, tetapi juga mengungkapkan ketidakseimbangan dalam pendekatan terhadap kesehatan mental. Terkadang, prioritas kesehatan mental dapat terabaikan atau diabaikan dalam situasi krisis seperti pandemi ini, padahal kesehatan mental yang baik merupakan aspek penting dari kesejahteraan secara keseluruhan.

Oleh karena itu, latar belakang ini menyoroti urgensi untuk menyesuaikan respons pandemi dengan memasukkan perlindungan dan dukungan bagi kesehatan mental individu dan komunitas. Hal ini dapat mencakup penyediaan layanan kesehatan mental yang lebih mudah diakses, peningkatan akses terhadap sumber daya dukungan, dan memperkuat infrastruktur kesehatan mental di tingkat lokal, nasional, dan global.

Dengan mempertimbangkan latar belakang ini, perlu adanya kesadaran akan pentingnya mengatasi stigma terkait dengan masalah kesehatan mental. Stigma ini dapat menjadi penghalang bagi individu untuk mencari bantuan dan dukungan yang mereka butuhkan. Oleh karena itu, kampanye kesadaran dan pendidikan tentang kesehatan mental dapat membantu meredakan stigma dan mempromosikan dukungan yang lebih luas bagi mereka yang membutuhkannya.

Kesehatan mental adalah aspek penting dari kesejahteraan individu dan masyarakat secara keseluruhan, dan harus diperlakukan dengan serius, terutama di masa pandemi. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang latar belakang ini, diharapkan akan terjadi peningkatan upaya untuk mendukung kesehatan mental selama dan setelah pandemi COVID-19.

Melanjutkan, penting juga untuk mempertimbangkan bahwa pandemi COVID-19 telah menyoroti ketidaksetaraan dalam akses terhadap layanan kesehatan mental. Beberapa kelompok, seperti mereka yang berada di daerah terpencil atau kurang mampu secara ekonomi, mungkin menghadapi kesulitan lebih besar dalam mendapatkan bantuan kesehatan mental yang mereka perlukan. Oleh karena itu, ada kebutuhan untuk menyelaraskan upaya untuk memastikan bahwa semua individu, tanpa memandang latar belakang atau status sosial-ekonomi mereka, memiliki akses yang setara terhadap layanan kesehatan mental.

Selain itu, perlu dipertimbangkan bahwa dampak pandemi COVID-19 pada kesehatan mental tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga dapat berdampak jangka panjang. Kondisi seperti stres kronis, kecemasan, dan depresi yang berkembang selama pandemi dapat berlanjut setelah pandemi berakhir, dan dapat memerlukan dukungan yang berkelanjutan dari masyarakat dan pemerintah.

Dengan memperhitungkan semua aspek ini, langkah-langkah konkret perlu diambil untuk memperkuat sistem kesehatan mental, termasuk peningkatan investasi dalam layanan kesehatan mental, peningkatan aksesibilitas layanan, dan integrasi kesehatan mental ke dalam respons kesehatan publik yang lebih luas. Hanya dengan pendekatan yang holistik dan inklusif, kita dapat memastikan bahwa kesehatan mental tetap menjadi prioritas dan bahwa semua individu mendapatkan dukungan yang mereka perlukan untuk menjaga kesejahteraan mereka di masa pandemi COVID-19 dan setelahnya.

Metode Penelitian

Metode Penelitian:

Untuk memahami lebih dalam tentang strategi adaptasi dalam menghadapi tantangan kesehatan mental di masa pandemi COVID-19, langkah-langkah dan pendekatan yang terukur dan efektif perlu diperinci. Dengan demikian, dalam bagian metode ini, akan dijelaskan secara rinci pendekatan yang digunakan dalam mengeksplorasi dan menganalisis tantangan kesehatan mental yang dihadapi individu selama pandemi, serta strategi adaptasi yang diterapkan untuk mengatasi masalah ini.

- 1. Penelitian Literatur: Langkah pertama dalam metode ini adalah melakukan penelitian literatur yang menyeluruh tentang dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental. Penelusuran literatur melibatkan pengumpulan informasi dari artikel ilmiah, laporan riset, dan sumber-sumber tepercaya lainnya yang membahas masalah kesehatan mental selama pandemi.*
- 2. Pengumpulan Data Primer: Selanjutnya, data primer dapat dikumpulkan melalui survei, wawancara, atau kuesioner yang ditujukan kepada individu-individu yang berada dalam berbagai kelompok usia, latar belakang, dan situasi geografis. Data tersebut akan membantu dalam memahami secara langsung dampak pandemi terhadap kesehatan mental individu.*
- 3. Analisis Data: Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara kualitatif dan/atau kuantitatif untuk mengidentifikasi pola, tren, dan temuan utama terkait dengan tantangan kesehatan mental yang dihadapi individu selama pandemi COVID-19. Analisis ini membantu dalam memahami akar penyebab masalah serta strategi adaptasi yang diterapkan.*
- 4. Pengembangan Strategi Adaptasi: Berdasarkan hasil analisis data, langkah selanjutnya adalah mengembangkan strategi adaptasi yang sesuai dengan kebutuhan individu dan kelompok yang diteliti. Strategi ini dapat mencakup praktik self-care, intervensi psikologis, atau dukungan sosial yang ditingkatkan.*
- 5. Implementasi dan Evaluasi: Strategi adaptasi yang dikembangkan kemudian diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari individu atau kelompok yang*

diteliti. Proses ini diikuti dengan evaluasi terus-menerus untuk menilai efektivitas strategi tersebut dalam mengurangi tingkat stres, kecemasan, atau depresi, serta meningkatkan kesejahteraan mental.

Dengan mengikuti pendekatan metode ini, kita dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang tantangan kesehatan mental yang dihadapi individu selama pandemi COVID-19, serta strategi adaptasi yang efektif untuk mengatasi masalah tersebut. Dengan demikian, kita dapat memberikan dukungan yang lebih baik bagi kesehatan mental individu di masa pandemi, membantu mereka mengatasi stres dan kesulitan dengan lebih baik, dan mempromosikan kesejahteraan psikologis yang lebih besar di komunitas secara keseluruhan.

PEMBAHASAN

Di tengah pandemi COVID-19, kesehatan mental menjadi perhatian utama karena tantangan psikologis yang dialami individu di seluruh dunia. Isolasi sosial, ketidakpastian ekonomi, dan perubahan gaya hidup yang tiba-tiba telah menciptakan lingkungan yang menekan bagi banyak orang. Respons terhadap situasi ini bervariasi, tetapi tingkat stres, kecemasan, dan depresi telah meningkat secara signifikan, menimbulkan kebutuhan mendesak akan strategi adaptasi. Strategi ini melibatkan praktik self-care, seperti meditasi dan olahraga, untuk menjaga kesejahteraan individu di tengah isolasi sosial.

Selain praktik self-care, menjaga koneksi sosial juga menjadi fokus penting dalam menghadapi tekanan hidup selama pandemi. Meskipun fisik terpisah, teknologi memungkinkan individu untuk tetap terhubung secara virtual, menyediakan sumber dukungan yang sangat diperlukan. Di samping itu, mencari bantuan profesional juga merupakan strategi adaptasi yang penting. Layanan kesehatan mental dapat memberikan dukungan psikologis dan terapi untuk individu yang mengalami kesulitan mental selama masa pandemi.

Upaya masyarakat juga berperan penting dalam mengatasi tantangan kesehatan mental ini. Dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas dapat memberikan rasa koneksi dan kekuatan emosional bagi individu yang merasa terisolasi. Selain itu, penyediaan layanan kesehatan mental yang mudah diakses dan mendukung adalah langkah penting dalam memastikan bahwa individu dapat dengan mudah mencari bantuan saat mereka membutuhkannya.

Namun, tantangan dalam mengatasi masalah kesehatan mental selama pandemi COVID-19 tidak bisa dianggap enteng. Stigma terkait masalah kesehatan mental masih menjadi hambatan bagi individu untuk mencari bantuan. Oleh karena itu, kampanye kesadaran dan pendidikan tentang kesehatan mental diperlukan untuk mengurangi stigma dan mempromosikan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya menjaga kesejahteraan psikologis selama masa sulit ini.

Dengan mengakui kompleksitas tantangan kesehatan mental selama pandemi COVID-19 dan menerapkan strategi adaptasi yang tepat, diharapkan individu dan masyarakat dapat mengatasi stres, kecemasan, dan depresi dengan lebih baik. Dukungan kolektif dari berbagai pihak, termasuk individu, keluarga, komunitas, dan lembaga pemerintah, diperlukan untuk memastikan bahwa kesehatan mental tetap menjadi prioritas dan bahwa semua individu mendapatkan dukungan yang mereka perlukan untuk menjaga kesejahteraan mereka.

Dalam melanjutkan usaha untuk mengatasi tantangan kesehatan mental selama pandemi COVID-19, perlu ada penekanan pada strategi adaptasi yang berkelanjutan. Pandemi ini telah menimbulkan dampak jangka panjang pada kesehatan mental individu, dan oleh karena itu, diperlukan langkah-langkah yang dapat memberikan dukungan yang berkelanjutan bagi mereka yang membutuhkannya. Ini termasuk menyediakan akses yang mudah terhadap layanan kesehatan mental, memperkuat jaringan dukungan sosial, dan mempromosikan kesehatan mental secara menyeluruh dalam kebijakan dan program kesehatan.

Selain itu, penting juga untuk mengakui peran penting teknologi dalam mendukung kesehatan mental selama pandemi. Layanan kesehatan mental online dan aplikasi kesehatan mental telah menjadi sumber daya yang berharga bagi banyak individu yang mencari dukungan. Oleh karena itu, pengembangan dan peningkatan aksesibilitas teknologi ini dapat membantu memperluas jangkauan layanan kesehatan mental dan memberikan bantuan kepada mereka yang membutuhkannya di masa sulit ini.

Selanjutnya, upaya penelitian juga perlu ditingkatkan untuk memahami lebih dalam tentang dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental dan efektivitas strategi adaptasi yang telah diterapkan. Penelitian ini dapat membantu menginformasikan kebijakan dan program kesehatan mental yang lebih efektif di masa depan, serta memperkuat upaya pencegahan dan intervensi yang lebih baik dalam menghadapi krisis serupa di masa mendatang.

Dengan memperhatikan semua aspek ini, langkah-langkah konkret dan terpadu dapat diambil untuk meningkatkan kesehatan mental individu dan masyarakat selama pandemi COVID-19 dan setelahnya. Hanya dengan mengadopsi pendekatan holistik dan kolaboratif yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan, kita dapat mengatasi tantangan kesehatan mental yang dihadapi oleh banyak orang di seluruh dunia dan membangun masyarakat yang lebih kuat dan berdaya.

Pandemi COVID-19 telah menimbulkan tantangan serius bagi kesehatan mental individu di seluruh dunia. Isolasi sosial, ketidakpastian ekonomi, dan perubahan gaya hidup yang mendadak telah menjadi sumber stres dan kecemasan bagi banyak orang. Respons terhadap tantangan ini bervariasi, tetapi peningkatan tingkat stres, kecemasan, dan depresi telah menjadi jelas sebagai dampak pandemi. Penting untuk memahami dampak psikologis yang signifikan ini dan mengembangkan strategi adaptasi yang sesuai.

Strategi adaptasi yang efektif mencakup berbagai pendekatan, mulai dari praktik self-care hingga pencarian bantuan profesional. Praktik self-care, seperti meditasi, olahraga, dan menjaga pola tidur yang sehat, dapat membantu individu menjaga kesehatan mental mereka selama masa sulit ini. Selain itu, menjaga koneksi sosial, meskipun secara virtual, juga dapat memberikan dukungan emosional yang penting bagi banyak orang yang merasa terisolasi.

Di samping itu, pencarian bantuan profesional melalui layanan kesehatan mental dapat memberikan sumber daya dan dukungan yang lebih terstruktur bagi individu yang mengalami kesulitan mental selama pandemi. Layanan ini termasuk konseling individu, terapi kelompok, dan dukungan online, yang semuanya dapat membantu individu mengatasi stres, kecemasan, dan depresi dengan lebih baik.

Namun, tantangan dalam mengakses layanan kesehatan mental tetap ada, terutama bagi mereka yang memiliki keterbatasan akses atau sumber daya. Oleh karena itu, penting untuk memperkuat infrastruktur layanan kesehatan mental dan meningkatkan aksesibilitasnya bagi semua orang. Ini dapat mencakup penyediaan layanan online yang mudah diakses, dukungan finansial untuk layanan kesehatan mental, dan pelatihan bagi tenaga kesehatan untuk meningkatkan pemahaman dan sensitivitas terhadap masalah kesehatan mental.

Selain itu, upaya kolektif dari masyarakat dan pemerintah juga diperlukan untuk mengurangi stigma terkait dengan masalah kesehatan mental. Stigma ini dapat menjadi penghalang bagi individu untuk mencari bantuan dan dukungan yang mereka butuhkan. Kampanye kesadaran, pendidikan, dan advokasi kesehatan mental dapat membantu meredakan stigma dan mempromosikan pemahaman yang lebih baik tentang masalah kesehatan mental di masyarakat.

Dalam mengatasi tantangan kesehatan mental selama pandemi COVID-19, perlu diakui bahwa setiap individu memiliki kebutuhan yang unik dan strategi adaptasi yang berbeda. Oleh karena itu, pendekatan yang holistik dan personal dalam merespons kebutuhan kesehatan mental individu sangat penting. Ini melibatkan pengakuan atas keragaman pengalaman dan kebutuhan individu serta memberikan dukungan yang disesuaikan.

Selain itu, perlu juga memperhitungkan bahwa dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga dapat berdampak jangka panjang. Kondisi seperti stres kronis, kecemasan, dan depresi yang berkembang selama pandemi dapat memerlukan dukungan yang berkelanjutan dari masyarakat dan pemerintah. Oleh karena itu, perlu ada perhatian dan komitmen yang berkelanjutan untuk mendukung kesehatan mental individu di masa depan.

Dengan demikian, langkah-langkah konkret dan terintegrasi perlu diambil untuk memperkuat sistem kesehatan mental dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu

dan masyarakat secara keseluruhan. Hanya dengan memprioritaskan kesehatan mental dan mengadopsi pendekatan yang komprehensif dan inklusif, kita dapat mengatasi tantangan kesehatan mental yang dihadapi oleh banyak orang selama pandemi COVID-19 dan membangun masyarakat yang lebih kuat dan berdaya.

Dalam melanjutkan upaya untuk mengatasi tantangan kesehatan mental selama pandemi COVID-19, perlu juga memperhitungkan peran teknologi sebagai alat yang dapat membantu. Layanan kesehatan mental online, aplikasi kesehatan mental, dan platform dukungan daring telah menjadi sumber daya yang sangat berharga bagi individu yang mencari bantuan selama masa sulit ini. Pengembangan dan peningkatan aksesibilitas teknologi ini dapat memperluas jangkauan layanan kesehatan mental dan memberikan bantuan kepada mereka yang membutuhkannya.

Di samping itu, upaya penelitian juga perlu ditingkatkan untuk memahami lebih dalam tentang dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental dan efektivitas strategi adaptasi yang telah diterapkan. Penelitian ini dapat membantu menginformasikan kebijakan dan program kesehatan mental yang lebih efektif di masa depan, serta memperkuat upaya pencegahan dan intervensi yang lebih baik dalam menghadapi krisis serupa di masa mendatang.

Dengan memperhatikan semua aspek ini, langkah-langkah konkret dan terintegrasi dapat diambil untuk meningkatkan kesehatan mental individu dan masyarakat selama pandemi COVID-19 dan setelahnya. Hanya dengan mengadopsi pendekatan holistik dan kolaboratif yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan, kita dapat mengatasi tantangan kesehatan mental yang dihadapi oleh banyak orang di seluruh dunia dan membangun masyarakat yang lebih kuat dan berdaya.

Dalam melanjutkan upaya peningkatan kesehatan mental di masa pandemi COVID-19, penting untuk memperkuat dukungan sosial dan komunitas. Keluarga, teman, dan komunitas dapat menjadi sumber daya yang sangat berharga dalam menyediakan dukungan emosional dan praktis bagi individu yang mengalami kesulitan mental. Dukungan sosial ini dapat berupa mendengarkan, memberikan dorongan, atau bahkan membantu dalam menyelesaikan tugas sehari-hari, yang semuanya dapat mengurangi beban individu yang merasa terisolasi.

Selain itu, penting juga untuk memperkuat upaya pencegahan dalam menjaga kesehatan mental. Ini termasuk promosi kesehatan mental yang menyeluruh, edukasi tentang coping yang sehat, dan pencegahan stres yang berkelanjutan. Dengan memberikan alat dan pengetahuan kepada individu untuk mengelola stres sehari-hari dan mengidentifikasi tanda-tanda peringatan dalam kesehatan mental mereka, kita dapat membantu mencegah masalah lebih lanjut.

Selanjutnya, penting untuk terus memperbarui dan menyesuaikan strategi adaptasi sesuai dengan perkembangan situasi pandemi. Seiring dengan perubahan dalam

penyebaran virus, kebijakan pemerintah, dan kondisi sosial ekonomi, individu dan masyarakat perlu terus mengadaptasi strategi mereka untuk mengatasi tantangan baru yang muncul. Fleksibilitas dan kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan merupakan kunci dalam menjaga kesehatan mental selama pandemi.

Kesadaran akan pentingnya kesehatan mental juga perlu ditingkatkan di tingkat global. Ini termasuk advokasi untuk peningkatan akses terhadap layanan kesehatan mental, pengurangan stigma terhadap masalah kesehatan mental, dan dukungan untuk penelitian yang lebih lanjut tentang dampak psikologis pandemi. Hanya dengan mengangkat isu kesehatan mental ke tingkat global, kita dapat memastikan bahwa dukungan dan sumber daya yang dibutuhkan tersedia bagi mereka yang membutuhkannya di seluruh dunia.

Kesimpulan

Secara keseluruhan, pandemi COVID-19 telah membawa dampak yang signifikan pada kesehatan mental individu di seluruh dunia. Tingkat stres, kecemasan, dan depresi telah meningkat secara signifikan sebagai respons terhadap isolasi sosial, ketidakpastian ekonomi, dan perubahan gaya hidup yang tiba-tiba. Untuk mengatasi tantangan ini, individu dan masyarakat telah mengadopsi berbagai strategi adaptasi, termasuk praktik self-care, menjaga koneksi sosial, dan mencari bantuan profesional.

Penting untuk mengakui bahwa tantangan kesehatan mental selama pandemi tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga dapat berdampak jangka panjang. Oleh karena itu, langkah-langkah preventif, seperti promosi kesehatan mental yang menyeluruh dan pencegahan stres yang berkelanjutan, perlu diterapkan untuk mengurangi risiko masalah kesehatan mental yang lebih serius di masa depan.

Dalam mengatasi tantangan ini, penting juga untuk memperkuat dukungan sosial dan komunitas, meningkatkan aksesibilitas layanan kesehatan mental, dan memperbarui strategi adaptasi sesuai dengan perkembangan situasi pandemi. Kesadaran akan pentingnya kesehatan mental juga perlu ditingkatkan di tingkat global, dengan mengangkat isu kesehatan mental ke tingkat global untuk memastikan bahwa dukungan dan sumber daya yang dibutuhkan tersedia bagi mereka yang membutuhkannya di seluruh dunia.

Dengan mengadopsi pendekatan holistik dan kolaboratif yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan, kita dapat mengatasi tantangan kesehatan mental yang dihadapi oleh banyak orang di seluruh dunia selama pandemi COVID-19 dan membangun masyarakat yang lebih kuat dan berdaya, yang tidak hanya bertahan, tetapi juga tumbuh dan berkembang di tengah krisis.

DAFTAR PUSTAKA

- MARPAUNG, A. D., & Harahap, G. Y. (2022). *PEMBANGUNAN PLTA PEUSANGAN 1 & 2 HYDROELECTRIC POWER PLANT CONTRUCTION PROJECT 88 MW-PENSTOCK LINE ACEH TENGAH*. Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik, 1(3).
- Siregar, F. H., & Dalimunthe, H. A. (2018). *Hubungan antara Religiusitas dengan Penalaran Moral Siswa Kelas VIII MTSN 2 Bener Meriah*.
- Khumaizah, U., & Siregar, M. (2015). *Hubungan Religiusitas dengan Pengendalian Diri pada Remaja di Desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah*.
- Al Khorni, S., & Supratman, S. (2017). *Hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia di desa gonilan kecamatan kartasura kabupaten sukoharjo (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta)*.
- Turnip, K., & Lubis, R. (2014). *Hubungan Gaya Kepemimpinan Spritual dan Budaya Organisasi dengan Iklim Organisasi di Bank Syariah Mandiri Kabanjahe*.
- Data, P., Tarigan, R. S., Wibowo, H. T., Azhar, S., & Wasmawi, I. (2016). *Manual Procedure Petunjuk dan Mekanisme Pengoperasian Pendaftaran Ulang Online Mahasiswa Lama*.
- Azis, A., & Suri, F. (2019). *Studi Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Remaja Melakukan Pernikahan Dini di Kecamatan Pantai Labu Kabupaten Deli Serdang (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area)*.
- Hasanuddin, H., & Khairuddin, K. (2021). *Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 2 Binjai*. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 148-155.
- Tarigan, R. S. (2018). *Manual Procedure Petunjuk Penggunaan Sistem Informasi Program Studi (SIPRODI)*.
- Zahara, F. (2012). *Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dan Motivasi Belajar dengan Kemandirian Belajar Siswa di SMA Negeri 7 Medan*.
- Dewi, S. S. (2013). *HUBUNGAN KEMAMPUAN GURU LULUSAN SERTIFIKASI DENGAN KETERAMPILAN GURU DALAM MELAKSANAKAN DESAIN RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) DI MADRASAH ALIYAH NAHDLATUL ULUM DESA SUNGAI PUTIH KECAMATAN TAPUNG (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau)*.
- 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 Syarayah 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 Efficacy 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)*.
- Aziz, 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 IbuKonsep 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 Prosocial 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 Karyawan 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 Prososial*.
- 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.*