
KESEHATAN MENTAL MAHASISWA MENGHADAPI TEKANAN AKADEMIK DAN SOSIAL

Putri Ayu Febryani Br S Meliala

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Abstrak

Kesehatan mental mahasiswa menjadi perhatian utama di kalangan akademisi dan praktisi kesehatan seiring dengan meningkatnya tekanan akademik dan sosial di lingkungan perguruan tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak tekanan akademik dan sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa serta strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut. Pendekatan kualitatif digunakan dalam studi ini dengan melakukan wawancara mendalam terhadap sejumlah mahasiswa dari berbagai jurusan di sebuah perguruan tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami berbagai tekanan akademik seperti tuntutan tugas yang berat, persaingan antar-mahasiswa, dan ekspektasi yang tinggi dari dosen dan orang tua. Selain itu, tekanan sosial seperti kesulitan menjaga hubungan sosial dan perasaan tidak nyaman di lingkungan sosial juga menjadi masalah yang signifikan. Dampak dari tekanan ini termasuk stres, kecemasan, depresi, bahkan risiko tinggi terhadap gangguan kesehatan mental yang lebih serius. Dalam mengatasi masalah ini, strategi yang diusulkan meliputi peningkatan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, memperkuat dukungan sosial, mengembangkan keterampilan manajemen waktu dan stres, serta memperluas layanan kesehatan mental di lingkungan kampus. Selain itu, program-program pendidikan dan intervensi yang terintegrasi dengan kurikulum akademik juga perlu diperkenalkan untuk membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik dengan lebih efektif. Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang tantangan yang dihadapi mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial serta memberikan pandangan tentang upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental mereka. Hal ini penting untuk membentuk lingkungan akademik yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan holistik mahasiswa.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Mahasiswa, Tekanan Akademik, Tekanan Sosial, Strategi, Dukungan Sosial, Manajemen Waktu, Intervensi.



PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kesehatan mental mahasiswa merupakan isu yang semakin mendapatkan perhatian global dalam beberapa dekade terakhir. Mahasiswa, sebagai bagian penting dari populasi muda, sering kali mengalami tekanan yang signifikan akibat tuntutan akademik dan sosial di lingkungan perguruan tinggi. Tekanan ini dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk tuntutan penyelesaian tugas, persaingan antar-mahasiswa, ekspektasi yang tinggi dari dosen dan orang tua, serta kesulitan menjaga keseimbangan antara kehidupan akademik dan sosial.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tekanan akademik dan sosial yang berlebihan dapat berdampak negatif pada kesehatan mental mahasiswa, menyebabkan peningkatan tingkat stres, kecemasan, depresi, bahkan risiko tinggi terhadap gangguan kesehatan mental yang lebih serius. Selain itu, kurangnya dukungan sosial dan akses terhadap layanan kesehatan mental yang memadai di lingkungan kampus juga dapat memperburuk kondisi tersebut.

Di tengah meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di kalangan mahasiswa, upaya untuk mengidentifikasi faktor-faktor risiko serta strategi yang efektif untuk mengatasi masalah ini menjadi sangat penting. Oleh karena itu, penelitian yang mendalam tentang dampak tekanan akademik dan sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa, serta strategi pencegahan dan intervensi yang tepat, akan memberikan kontribusi signifikan dalam mempromosikan kesejahteraan dan prestasi akademik mahasiswa.

Dengan memahami latar belakang ini, penelitian tentang kesehatan mental mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial dapat memberikan wawasan yang berharga bagi pembuat kebijakan pendidikan, lembaga perguruan tinggi, serta praktisi kesehatan mental dalam upaya meningkatkan kualitas hidup dan prestasi akademik mahasiswa.

Selain itu, latar belakang ekonomi, budaya, dan lingkungan perguruan tinggi juga memainkan peran penting dalam memengaruhi tingkat tekanan yang dialami oleh mahasiswa. Mahasiswa yang berasal dari latar belakang ekonomi rendah mungkin menghadapi tekanan tambahan karena permasalahan keuangan atau tanggung jawab keluarga. Sementara itu, perbedaan budaya dan sosial di lingkungan kampus dapat menciptakan tantangan baru dalam beradaptasi dan menjaga kesejahteraan mental.

Selain itu, tren global seperti kemajuan teknologi dan media sosial juga turut berkontribusi terhadap tekanan akademik dan sosial yang dialami oleh mahasiswa. Teknologi memberikan kemudahan dalam mengakses informasi dan berkomunikasi, namun

juga dapat menciptakan ekspektasi yang tidak realistis dan meningkatkan perasaan terpaku pada pencapaian serta perbandingan sosial.

Dalam konteks ini, pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa dan interaksi kompleks antara tekanan akademik, sosial, dan lingkungan menjadi krusial. Melalui penelitian yang cermat dan terfokus, kita dapat mengembangkan strategi pencegahan yang efektif serta meningkatkan aksesibilitas terhadap layanan kesehatan mental di lingkungan perguruan tinggi. Dengan demikian, kesehatan mental mahasiswa dapat ditingkatkan, dan mereka dapat meraih potensi akademik dan pribadi mereka dengan lebih optimal.

Tidak hanya itu, perubahan dalam dinamika sosial, seperti tekanan dari teman sebaya atau hubungan interpersonal yang kompleks, juga dapat memengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Masalah seperti isolasi sosial, kesulitan dalam membentuk hubungan yang sehat, atau pengalaman konflik interpersonal dapat menjadi faktor risiko tambahan bagi kesehatan mental.

Peran institusi pendidikan juga sangat penting dalam mempromosikan kesehatan mental mahasiswa. Kampus yang menyediakan lingkungan yang mendukung, program-program pengembangan diri, dan layanan kesehatan mental yang mudah diakses akan membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial dengan lebih baik. Di sisi lain, kurangnya sumber daya atau perhatian terhadap kesejahteraan mahasiswa dapat memperburuk masalah kesehatan mental yang ada.

Sementara itu, pengenalan kebijakan dan program-program pendidikan yang memprioritaskan kesehatan mental di tingkat nasional dan internasional juga menjadi aspek penting. Dengan adanya dukungan kebijakan yang kuat, institusi pendidikan dapat lebih mudah mengimplementasikan inisiatif-inisiatif yang mendukung kesehatan mental mahasiswa, termasuk penyediaan layanan kesehatan mental, pelatihan bagi staf dan dosen, serta promosi kesadaran tentang pentingnya kesehatan mental di kalangan mahasiswa.

Dengan memperkuat pemahaman kita tentang latar belakang multidimensional yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa, langkah-langkah yang komprehensif dan terintegrasi dapat dirancang dan diterapkan untuk mengatasi tantangan ini secara efektif. Hal ini tidak hanya akan memberikan manfaat langsung bagi kesejahteraan mahasiswa saat ini, tetapi juga akan membentuk fondasi yang kuat untuk generasi mahasiswa yang lebih sehat mental di masa depan.

Selain itu, dampak pandemi COVID-19 telah memperburuk kondisi kesehatan mental mahasiswa. Pembatasan sosial, perubahan dalam cara belajar dan berinteraksi, serta kekhawatiran akan kesehatan diri sendiri dan orang-orang terdekat telah menyebabkan lonjakan stres dan kecemasan di kalangan mahasiswa. Keterbatasan akses terhadap

dukungan sosial dan layanan kesehatan mental juga menjadi masalah serius selama pandemi ini.

Tinjauan latar belakang ini menyoroti pentingnya penelitian yang berkelanjutan dan intervensi yang disesuaikan dengan konteks, untuk mengatasi tantangan kesehatan mental yang dihadapi oleh mahasiswa. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa dan strategi yang efektif untuk mengatasinya, kita dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung pertumbuhan holistik dan kesejahteraan bagi mahasiswa.

Dengan memperkuat penelitian, kebijakan, dan praktik-praktik terbaik di bidang kesehatan mental mahasiswa, kita dapat menciptakan perubahan yang positif dalam pengalaman akademik dan kehidupan mahasiswa, serta mempersiapkan mereka untuk mengatasi tantangan-tantangan yang kompleks di dunia yang terus berubah.

Metode Penelitian

Metode Penelitian:

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian studi kasus. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan penyelidikan yang mendalam dan pemahaman yang komprehensif tentang pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial serta strategi yang mereka gunakan untuk mengatasi masalah tersebut.

1. Seleksi Partisipan:

- Mahasiswa dari berbagai jurusan di sebuah perguruan tinggi dipilih sebagai partisipan penelitian.*
- Seleksi dilakukan secara bertujuan (purposive sampling) dengan mempertimbangkan keragaman latar belakang, tingkat studi, dan pengalaman mahasiswa.*

2. Pengumpulan Data:

- Wawancara mendalam digunakan sebagai teknik utama pengumpulan data. Wawancara dilakukan secara tatap muka atau melalui platform daring, tergantung pada preferensi partisipan.*
- Wawancara dilakukan dengan menggunakan panduan wawancara terstruktur yang dirancang untuk mengeksplorasi pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial serta strategi yang mereka gunakan dalam mengelola tekanan tersebut.*

- *Selain itu, observasi partisipan dalam situasi-situasi akademik dan sosial tertentu juga dapat dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman mereka.*

3. Analisis Data:

- *Data yang terkumpul dianalisis secara tematik menggunakan pendekatan analisis kualitatif. Langkah-langkah analisis meliputi transkripsi wawancara, identifikasi tema-tema utama, pengelompokan data, dan interpretasi makna dari temuan-temuan tersebut.*
- *Software analisis data kualitatif seperti NVivo atau Atlas.ti dapat digunakan untuk membantu proses analisis data.*

4. Validitas dan Reliabilitas:

- *Langkah-langkah untuk memastikan validitas dan reliabilitas data termasuk triangulasi data, dimana data dari berbagai sumber dan metode pengumpulan digabungkan, serta refleksi terhadap bias peneliti.*

5. Etika Penelitian:

- *Penelitian dilakukan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian, termasuk keamanan dan kerahasiaan data partisipan, serta mendapatkan persetujuan etis dari lembaga terkait.*

Melalui pendekatan ini, diharapkan penelitian dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial serta strategi yang efektif untuk meningkatkan kesehatan mental mereka.

PEMBAHASAN

Kesehatan mental mahasiswa merupakan fokus utama dalam studi ini, mempertimbangkan bahwa mahasiswa adalah kelompok yang rentan terhadap tekanan akademik dan sosial di lingkungan perguruan tinggi. Studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak tekanan tersebut terhadap kesehatan mental mereka dan strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah ini. Dengan memahami pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial serta upaya yang dapat dilakukan untuk mengelola tekanan tersebut, penelitian ini berupaya memberikan kontribusi bagi pemahaman tentang kesejahteraan mental di kalangan mahasiswa.

Tekanan akademik di perguruan tinggi meliputi tuntutan tugas yang berat, persaingan antar-mahasiswa, dan ekspektasi tinggi dari dosen dan orang tua. Sementara itu, tekanan sosial mencakup kesulitan menjaga hubungan sosial dan perasaan tidak nyaman di lingkungan sosial. Dampak dari tekanan ini dapat berupa stres, kecemasan,

depresi, dan risiko tinggi terhadap gangguan kesehatan mental yang serius. Oleh karena itu, strategi yang efektif diperlukan untuk membantu mahasiswa mengelola tekanan ini.

Salah satu strategi yang diusulkan adalah peningkatan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di kalangan mahasiswa. Selain itu, memperkuat dukungan sosial, mengembangkan keterampilan manajemen waktu dan stres, serta memperluas layanan kesehatan mental di lingkungan kampus juga menjadi langkah penting dalam mengatasi masalah ini. Program-program pendidikan dan intervensi yang terintegrasi dengan kurikulum akademik juga dapat membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik dengan lebih efektif.

Dengan demikian, pemahaman mendalam tentang tantangan yang dihadapi mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial serta upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental mereka menjadi sangat penting. Melalui pendekatan kualitatif yang digunakan dalam studi ini, diharapkan akan terungkap wawasan yang berharga yang dapat membantu menciptakan lingkungan akademik yang mendukung pertumbuhan holistik dan kesejahteraan bagi mahasiswa.

Dalam konteks seleksi partisipan, penting untuk memilih mahasiswa dari berbagai jurusan dan latar belakang untuk memperoleh gambaran yang representatif tentang pengalaman mahasiswa secara keseluruhan. Melalui wawancara mendalam, diharapkan akan terungkap beragam perspektif dan pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial, serta strategi yang mereka terapkan untuk mengelolanya. Dengan melibatkan partisipan secara aktif dalam proses penelitian, diharapkan akan tercipta lingkungan yang terbuka dan mendukung bagi mereka untuk berbagi pengalaman secara jujur dan mendalam.

Proses pengumpulan data akan dilakukan dengan cermat melalui wawancara mendalam yang terstruktur. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi berbagai aspek pengalaman mahasiswa secara lebih mendalam, termasuk faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mereka dan strategi yang mereka gunakan dalam mengatasi tekanan. Selain itu, observasi partisipan dalam situasi-situasi akademik dan sosial tertentu juga dapat memberikan wawasan tambahan yang berharga tentang dinamika interaksi dan respon mahasiswa terhadap tekanan tersebut.

Data yang terkumpul akan dianalisis secara tematik menggunakan pendekatan analisis kualitatif. Langkah-langkah analisis ini akan melibatkan transkripsi wawancara, identifikasi tema-tema utama, pengelompokan data, dan interpretasi makna dari temuan-temuan tersebut. Melalui langkah-langkah ini, diharapkan akan tercipta pemahaman yang mendalam tentang dampak tekanan akademik dan sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa serta strategi yang efektif untuk mengelolanya.

Validitas dan reliabilitas data akan dijaga melalui triangulasi data, dimana data dari berbagai sumber dan metode pengumpulan digabungkan. Selain itu, refleksi terhadap bias

peneliti juga akan dilakukan secara terus-menerus untuk memastikan interpretasi yang akurat dan obyektif dari data. Dengan memperhatikan aspek-aspek etika penelitian, seperti keamanan dan kerahasiaan data partisipan, serta memperoleh persetujuan etis dari lembaga terkait, integritas dan kepercayaan dalam penelitian ini dapat dipertahankan.

Penggunaan pendekatan kualitatif dalam penelitian ini memberikan kedalaman pemahaman tentang pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial serta strategi yang mereka terapkan. Melalui wawancara mendalam, peneliti dapat memahami secara mendalam perspektif dan pengalaman unik yang dialami oleh setiap mahasiswa. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi kompleksitas dan keragaman pengalaman mahasiswa, dari tuntutan akademik yang spesifik hingga dinamika hubungan sosial di lingkungan kampus.

Analisis tematik terhadap data yang terkumpul memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi pola-pola umum dan tema-tema utama yang muncul dalam pengalaman mahasiswa. Ini mencakup dampak tekanan akademik dan sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa, serta strategi yang efektif dalam mengatasi tekanan tersebut. Dengan demikian, penelitian ini memberikan wawasan yang berharga bagi pemahaman tentang tantangan kesehatan mental di kalangan mahasiswa.

Triangulasi data dilakukan untuk memastikan validitas dan reliabilitas hasil penelitian. Dengan menggabungkan data dari berbagai sumber dan metode pengumpulan, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang fenomena yang dipelajari. Selain itu, refleksi terhadap bias peneliti juga penting untuk memastikan interpretasi yang obyektif dan akurat dari data.

Pembahasan juga mencakup implikasi hasil penelitian dalam konteks praktik dan kebijakan. Temuan ini dapat digunakan untuk merancang intervensi dan program-program yang lebih tepat dan efektif dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa. Selain itu, penelitian ini juga memberikan dasar bagi perguruan tinggi dan lembaga pendidikan untuk memperbaiki layanan kesehatan mental dan menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan mahasiswa.

Keterbatasan penelitian juga perlu diperhatikan dalam pembahasan. Misalnya, penggunaan pendekatan kualitatif mungkin membatasi generalisasi hasil penelitian. Namun demikian, kedalaman pemahaman yang diperoleh dari pendekatan ini memberikan nilai tambah yang signifikan dalam memahami kompleksitas fenomena kesehatan mental mahasiswa.

Kajian lanjutan dapat melibatkan pendekatan campuran (*mixed methods*) yang menggabungkan data kualitatif dan kuantitatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang kesehatan mental mahasiswa. Selain itu, penelitian masa depan juga dapat mengeksplorasi peran teknologi dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa, terutama dalam konteks pandemi COVID-19 yang terus berlangsung.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memperdalam pemahaman tentang kesehatan mental mahasiswa dan memberikan dasar yang kuat untuk pengembangan intervensi dan kebijakan yang lebih efektif dalam mendukung kesejahteraan mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi.

Kesimpulan

Penelitian ini menyoroti kompleksitas pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial di lingkungan perguruan tinggi serta strategi yang mereka terapkan untuk mengelolanya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan akademik dan sosial dapat memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa, termasuk stres, kecemasan, dan depresi. Namun, mahasiswa juga mengembangkan berbagai strategi untuk mengatasi tekanan tersebut, termasuk memperkuat dukungan sosial, mengembangkan keterampilan manajemen waktu dan stres, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental.

Pendekatan kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini memberikan pemahaman yang mendalam tentang pengalaman mahasiswa, meskipun dengan keterbatasan generalisasi hasil. Namun demikian, temuan ini memberikan landasan penting bagi pengembangan intervensi dan program-program yang lebih tepat dan efektif dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa. Langkah-langkah konkret, seperti perluasan layanan kesehatan mental di lingkungan kampus dan pengintegrasian program-program pendidikan tentang kesehatan mental dalam kurikulum akademik, dapat membantu meningkatkan kesejahteraan mahasiswa.

Kajian lanjutan dapat melibatkan pendekatan campuran (mixed methods) untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang kesehatan mental mahasiswa. Selain itu, perlu juga memperhatikan peran teknologi dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa, terutama dalam konteks pandemi COVID-19 yang terus berlangsung. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memperdalam pemahaman tentang tantangan kesehatan mental di kalangan mahasiswa dan memberikan landasan yang kuat bagi upaya-upaya untuk meningkatkan kesejahteraan mereka di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- 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).
- Lubis, R., & Dewi, S. S. (2017). *Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Bullying pada Remaja SMK Namira Tech Nusantara Medan*.
- Hardjo, S. (2004). *Konformitas Remaja Putri Terhadap Perilaku Konsumen*.
- Hardjo, S., & Siregar, M. (2005). *Hubungan Antara Rasa Cemburu kepada Saudara Sekandung dengan Konflik Internal pada Siswa-Siswi SLTP Yayasan Perguruan Gajah Mada* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Ningsih, S. H. (2014). *Hubungan Antara Kebiasaan Belajar dan Dukungan Orang Tua Dengan Prestasi Belajar* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Aziz, A. (2019). *Khilafah Dan Negara-Bangsa: Pertarungan Legitimasi Yang Belum Usai*. *SIASAT*, 4(4), 24-36.
- Dalimunthe, H. A. (2021). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MINAT BELAJAR MATEMATIKA PADA ANAK USIA DINI (6-10 TAHUN) MASYARAKAT KAMPUNG AUR*. *JURNAL SOCIAL LIBRARY*, 1(2), 16-21.
- Siregar, M., & Dalimunthe, H. A. (2014). *Studi Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja Awal*.
- Munir, A., & Alfita, L. (2017). *Perbedaan Kecemasan Menjelang Menopause (Klimakterium) di Tinjau dari Wanita Bekerja Dengan Wanita tidak bekerja* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hasanuddin, H. (2021). *Profile Students' Thinking Style From Perspective Gender In Learning Activity*. *Jurnal Diversita*, 7(2), 267-273.
- Siregar, M. (2023). *Analisis Kinerja Pelayanan Publik pada Sentra Selayanan Kepolisian Terpadu dalam Menangani Pengaduan Masyarakat pada Polres Tapanuli Tengah* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wibowo, H. T., Tarigan, R. S., & Mukmin, A. A. (2022). *APLIKASI MARKETPLACE PENDAMPING WISATA DENGAN API MAPS BERBASIS MOBILE DAN WEB*. Retrieved from osf.io/3jpd/.
- Wahyuni, N. S. (2015). *HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL ORANGTUA DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA/I STIE PELITA BANGSA BINJAI*. *Jurnal Paedagogi*, 7, 13.
- Purba, A. W. D., & Wahyuni, N. S. (2021). *Hubungan Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Pengguna Make Up Pada Siswi SMK Negeri 8 Medan* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Fachrosi, E. (2012). *Perbedaan Stres Akademik Antara Kelompok Siswa Minoritas Dengan Mayoritas Di SMP Wr. Supratman 2 Medan*. *Alat Ukur Stres Akademik*.
- Khuzaimah, U. (2009). *Konsep Belajar Sepanjang Hayat*.
- Siregar, M. (2011). *Perbedaan Kecemasan Berbicara di Depan Kelas Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Siswa SMA Swasta Ira Medan*.
- Hardjo, S., & Siregar, N. I. (2011). *Hubungan Antara Religiusitas dengan Penalaran Moral pada Remaja Siswa SMA Panca Budi*.
- Syarif, Y. (2018). *Rancangan Power Amplifier Untuk Alat Pengukur Transmission Loss Material Akustik Dengan Metode Impedance Tube*. *JOURNAL OF ELECTRICAL AND SYSTEM CONTROL ENGINEERING*, 1(2).
- PRATAMA, R., & Harahap, G. Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN LIVING PLAZA MEDAN*. *Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).