
PSIKOLOGI TRAUMA MENYEMBUHKAN DIRI DARI PENGALAMAN TRAUMATIS

Charly Mario Leonard Sinambela

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Abstrak

Psikologi trauma memainkan peran sentral dalam pemahaman dan penyembuhan diri dari pengalaman traumatis. Pengalaman-pengalaman yang menyakitkan seperti kecelakaan, pelecehan, atau kehilangan yang menghantui dapat meninggalkan jejak yang dalam dalam psikis individu. Dalam konteks ini, pemahaman akan proses penyembuhan diri menjadi penting. Penelitian dalam bidang psikologi trauma menyoroti betapa kompleksnya respon individu terhadap trauma dan strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi dampak negatifnya. Dengan memahami dinamika trauma dan melalui pendekatan terapeutik yang sesuai, individu dapat memulai perjalanan penyembuhan yang membawa pada pemulihan yang lebih baik.

Kata kunci: *Psikologi Trauma, Pengalaman Traumatis, Penyembuhan Diri, Proses Pemulihan, Respon Individu, Strategi Coping, Dampak Psikologis, Terapi Trauma, Kesehatan Mental, Pemulihan Psikologis, Dukungan Sosial, Kemandirian, Kesadaran Diri, Ketahanan Psikologis, Integrasi Pengalaman.*



PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pengalaman trauma dapat memberikan dampak yang mendalam pada kesejahteraan psikologis individu, mempengaruhi berbagai aspek kehidupan sehari-hari, termasuk suasana hati, hubungan interpersonal, dan fungsi kognitif. Berbagai jenis trauma, seperti kecelakaan, kekerasan, atau kehilangan yang mendalam, dapat menyebabkan reaksi psikologis yang beragam, termasuk stres berkepanjangan, kecemasan, depresi, dan dalam kasus yang lebih ekstrem, gangguan stres pasca trauma (PTSD).

Dalam konteks ini, psikologi trauma menjadi bidang penelitian dan praktik yang penting dalam memahami dan mengatasi dampak-dampak psikologis dari pengalaman traumatis. Psikologi trauma mempelajari bagaimana individu merespons dan mengatasi trauma, serta strategi apa yang dapat digunakan untuk membantu mereka dalam menyembuhkan diri. Penelitian dalam bidang ini memberikan wawasan mendalam tentang kompleksitas pengalaman traumatis dan memberikan panduan tentang bagaimana individu dapat melanjutkan hidup mereka setelah mengalami trauma.

Menyembuhkan diri dari pengalaman traumatis melibatkan proses yang kompleks dan berkelanjutan. Ini meliputi pengalaman refleksi, pemrosesan emosi, dan penyesuaian diri yang bertahap. Dalam beberapa kasus, individu mungkin membutuhkan bantuan profesional, seperti terapis trauma, untuk membantu mereka dalam mengatasi dan memproses pengalaman traumatis mereka. Terapi trauma adalah pendekatan terapeutik yang berfokus pada membantu individu dalam menghadapi dan memproses trauma mereka dengan cara yang sehat dan konstruktif.

Selain itu, dukungan sosial juga merupakan faktor penting dalam proses penyembuhan diri dari trauma. Hubungan yang mendukung dan empati dengan orang-orang di sekitar dapat membantu individu dalam merasa didukung dan dipahami selama proses pemulihan mereka. Kemandirian juga menjadi faktor kunci, karena individu perlu mengembangkan keterampilan dan sumber daya yang diperlukan untuk mengatasi tantangan dan mengelola stres secara mandiri.

Kesadaran diri juga menjadi langkah awal yang penting dalam proses penyembuhan diri dari trauma. Individu perlu memahami pengaruh trauma pada diri mereka sendiri, mengenali gejala-gejala yang mungkin muncul, dan mencari dukungan yang tepat untuk mengatasi tantangan yang dihadapi. Kesadaran diri memungkinkan individu untuk memulai perjalanan pemulihan dengan pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri dan pengalaman mereka.

Selain itu, individu perlu mengembangkan ketahanan psikologis, yaitu kemampuan untuk bangkit kembali dari pengalaman traumatis dan berkembang menjadi pribadi yang lebih kuat dan adaptif. Ini melibatkan pengembangan keterampilan coping yang efektif,

pemahaman yang lebih dalam tentang diri sendiri, dan kemampuan untuk menemukan makna dan pertumbuhan dari pengalaman traumatis.

Dengan memahami kompleksitas psikologi trauma dan proses penyembuhan diri dari pengalaman traumatis, kita dapat memberikan dukungan yang lebih baik kepada individu yang mengalami trauma dan membantu mereka dalam memulihkan keseimbangan psikologis mereka. Dengan menerapkan pendekatan yang holistik dan berkelanjutan, kita dapat membantu individu untuk menavigasi perjalanan pemulihan mereka dengan lebih efektif dan mendukung mereka dalam membangun kembali rasa keamanan, kontrol, dan kesejahteraan psikologis mereka.

Dalam konteks modern, penanganan trauma juga semakin mengintegrasikan pendekatan yang lebih holistik dan terintegrasi, yang mengakui bahwa pengalaman traumatis tidak hanya memengaruhi aspek psikologis, tetapi juga fisik, sosial, dan spiritual individu. Pendekatan ini menggabungkan berbagai disiplin ilmu, termasuk psikologi, psikiatri, neurosains, dan pendekatan alternatif seperti yoga dan meditasi, untuk memberikan perawatan yang komprehensif dan terpadu kepada individu yang mengalami trauma.

Peran dukungan sosial juga semakin diakui dalam proses penyembuhan diri dari trauma. Hubungan yang mendukung dan empati dengan orang-orang terdekat dapat memberikan tempat yang aman bagi individu untuk mengekspresikan perasaan mereka, merasa didengar, dan mendapatkan dukungan yang diperlukan untuk melanjutkan pemulihan mereka. Kelompok dukungan trauma juga dapat menjadi sumber dukungan yang berharga, karena memungkinkan individu untuk berbagi pengalaman mereka dengan orang lain yang mengerti dan berempati.

Selain itu, integrasi pengalaman trauma juga menjadi fokus penting dalam proses penyembuhan diri. Ini melibatkan proses aktif untuk mengolah dan memahami pengalaman traumatis, serta menemukan makna dan pertumbuhan dari pengalaman tersebut. Integrasi pengalaman trauma memungkinkan individu untuk merangkul semua aspek dari diri mereka, baik yang baik maupun buruk, dan menggunakan pengalaman tersebut sebagai titik awal untuk pertumbuhan dan transformasi pribadi.

Tentu saja, proses penyembuhan diri dari trauma tidak selalu berjalan mulus. Individu mungkin mengalami tantangan dan kemunduran dalam perjalanan mereka menuju pemulihan. Namun, dengan dukungan yang tepat, kesabaran, dan ketekunan, banyak individu mampu bangkit kembali dan menjalani kehidupan yang berarti dan bermakna setelah mengalami trauma.

Dalam kesimpulan, proses penyembuhan diri dari pengalaman traumatis adalah perjalanan yang unik dan pribadi bagi setiap individu. Memahami kompleksitas psikologi trauma dan memperlakukan individu dengan empati dan pengertian adalah langkah-langkah penting dalam memberikan dukungan yang dibutuhkan bagi mereka yang

mengalami trauma. Dengan pendekatan yang holistik dan terpadu, kita dapat membantu individu dalam menavigasi perjalanan pemulihan mereka dengan lebih efektif dan mendukung mereka dalam membangun kembali keseimbangan dan kesejahteraan psikologis mereka.

Metode Penelitian

Metode Penelitian:

Dalam menangani trauma, metode penyembuhan diri memainkan peran kunci dalam membantu individu untuk pulih dan mengatasi pengalaman traumatis mereka. Pendekatan yang holistik dan terintegrasi menjadi landasan bagi upaya penyembuhan, yang mengakui kompleksitas psikologi trauma dan kebutuhan individu yang unik.

1. **Edukasi tentang Trauma:** Langkah awal dalam proses penyembuhan diri adalah memahami sifat dan dampak trauma. Ini melibatkan memberikan informasi tentang reaksi umum terhadap trauma, termasuk gejala-gejala yang mungkin muncul dan bagaimana trauma dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis.
2. **Konseling atau Terapi:** Mengambil langkah untuk berbicara dengan seorang profesional kesehatan mental, seperti seorang psikolog atau psikiater, dapat membantu individu dalam memproses dan mengatasi trauma mereka. Terapis trauma dilatih untuk bekerja dengan individu yang mengalami trauma dan dapat memberikan dukungan serta teknik terapeutik yang sesuai.
3. **Terapi Berbasis Evidensi:** Terapi trauma berbasis evidensi, seperti Terapi Pemrosesan Mata (EMDR) atau Terapi Berfokus pada Trauma (TFT), dapat membantu individu dalam mengatasi gejala PTSD dan memproses pengalaman traumatis mereka dengan cara yang aman dan efektif.
4. **Kelompok Dukungan:** Bergabung dengan kelompok dukungan trauma dapat memberikan kesempatan bagi individu untuk berbagi pengalaman mereka dengan orang lain yang mengerti dan berempati. Ini juga dapat membantu dalam membangun koneksi sosial yang kuat dan merasa didukung dalam perjalanan pemulihan mereka.
5. **Mengembangkan Keterampilan Coping:** Individu perlu belajar keterampilan coping yang efektif untuk mengelola stres dan kecemasan yang mungkin muncul akibat trauma. Ini dapat mencakup teknik relaksasi, meditasi, atau olahraga yang dapat membantu menenangkan pikiran dan tubuh.
6. **Pendekatan Holistik:** Mengintegrasikan pendekatan holistik dalam pemulihan, termasuk perawatan fisik seperti yoga atau akupunktur, serta memperhatikan nutrisi dan pola tidur yang sehat, dapat membantu individu dalam merawat diri mereka secara keseluruhan.
7. **Memperkuat Dukungan Sosial:** Memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat adalah kunci dalam proses penyembuhan diri dari trauma. Ini termasuk hubungan

yang mendukung dengan keluarga, teman-teman, dan komunitas yang memahami dan mendukung pemulihan individu.

Proses penyembuhan diri dari pengalaman traumatis adalah perjalanan yang unik dan pribadi bagi setiap individu. Dengan menggunakan berbagai metode dan sumber daya yang tersedia, serta mendapatkan dukungan yang tepat, banyak individu dapat menemukan jalan menuju pemulihan yang bermakna dan membangun kembali kesejahteraan psikologis mereka.

PEMBAHASAN

Dalam konteks psikologi trauma, proses penyembuhan dari pengalaman traumatis merupakan fokus utama dalam membantu individu pulih dari dampak psikologis yang mendalam. Pengalaman traumatis, yang bisa berasal dari berbagai sumber seperti kecelakaan, pelecehan, atau kehilangan yang menghantui, dapat menghasilkan respons psikologis yang beragam pada individu. Ini mencakup reaksi seperti stres berkepanjangan, kecemasan, depresi, dan bahkan gangguan stres pasca trauma (PTSD). Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam tentang proses penyembuhan diri dari trauma menjadi penting dalam membantu individu merangkul kembali keseimbangan psikologis mereka.

Pemulihan dari trauma melibatkan berbagai langkah dan strategi yang dirancang untuk membantu individu mengatasi dan memproses pengalaman traumatis mereka. Hal ini mencakup upaya untuk memahami dan memperkuat respon individu terhadap trauma, serta pengembangan strategi coping yang efektif. Dengan demikian, memahami dan mengintervensi dalam proses penyembuhan diri menjadi fokus penting dalam bidang psikologi trauma.

Selain itu, dukungan sosial juga memainkan peran kunci dalam proses penyembuhan diri. Hubungan yang mendukung dan empati dengan orang-orang di sekitar dapat memberikan tempat yang aman bagi individu untuk mengekspresikan perasaan mereka, merasa didengar, dan mendapatkan dukungan yang diperlukan untuk melanjutkan pemulihan mereka. Ini mencakup dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas yang memahami dan mendukung individu selama perjalanan pemulihan mereka.

Terkait dengan itu, pengembangan keterampilan coping yang efektif juga menjadi bagian penting dari proses penyembuhan diri. Individu perlu mempelajari cara-cara untuk mengelola stres dan kecemasan yang mungkin muncul akibat trauma. Ini bisa melibatkan teknik relaksasi, meditasi, atau aktivitas fisik yang membantu menenangkan pikiran dan tubuh.

Selanjutnya, kesadaran diri menjadi landasan dalam memahami pengalaman trauma dan bagaimana dampaknya memengaruhi individu. Dengan memahami dan mengenali pengaruh trauma pada diri mereka sendiri, individu dapat memulai perjalanan pemulihan mereka dengan pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri dan pengalaman mereka.

Integrasi pengalaman trauma juga menjadi fokus penting dalam proses penyembuhan diri. Ini melibatkan proses aktif untuk mengolah dan memahami pengalaman traumatis, serta menemukan makna dan pertumbuhan dari pengalaman tersebut. Integrasi pengalaman trauma memungkinkan individu untuk merangkul semua aspek dari diri mereka, baik yang baik maupun buruk, dan menggunakan pengalaman tersebut sebagai titik awal untuk pertumbuhan dan transformasi pribadi. Dengan demikian, keseluruhan proses penyembuhan diri dari trauma merupakan upaya yang holistik, melibatkan berbagai aspek psikologis, sosial, dan emosional individu dalam perjalanan pemulihan mereka.

Pentingnya dukungan sosial dan hubungan yang mendukung juga dapat dilihat dalam konteks pemulihan dari trauma. Melalui interaksi yang positif dengan orang-orang terdekat, individu dapat merasa didukung dan dipahami selama proses pemulihan mereka. Dukungan sosial dapat memberikan tempat yang aman bagi individu untuk berbicara tentang pengalaman traumatis mereka, merasa didengar, dan menerima dukungan emosional yang diperlukan untuk memulihkan keseimbangan psikologis mereka.

Selain itu, membangun keterampilan coping yang efektif juga memainkan peran penting dalam proses penyembuhan diri dari trauma. Dengan mempelajari cara-cara untuk mengelola stres dan kecemasan yang muncul akibat trauma, individu dapat merasa lebih mampu untuk menghadapi tantangan dan menavigasi perjalanan pemulihan mereka dengan lebih baik.

Kesadaran diri tentang pengaruh trauma pada diri sendiri dan bagaimana hal itu memengaruhi pikiran, emosi, dan perilaku juga merupakan langkah awal yang penting dalam proses penyembuhan diri. Dengan mengenali dan memahami reaksi mereka terhadap trauma, individu dapat mulai membangun kesadaran diri yang lebih dalam dan mengembangkan strategi untuk mengelola dampak psikologisnya.

Selanjutnya, integrasi pengalaman trauma menjadi langkah penting dalam perjalanan penyembuhan. Ini melibatkan proses refleksi dan pemrosesan pengalaman traumatis, serta menemukan makna dan pertumbuhan dari pengalaman tersebut. Integrasi pengalaman trauma memungkinkan individu untuk menerima bagian dari diri mereka yang terluka dan menemukan kedamaian dengan masa lalu mereka, sehingga memungkinkan mereka untuk melanjutkan hidup dengan lebih baik.

Dalam keseluruhan, proses penyembuhan diri dari trauma merupakan perjalanan yang kompleks dan pribadi bagi setiap individu. Dengan memahami kompleksitas psikologi trauma dan melibatkan berbagai metode dan sumber daya yang tepat, individu dapat menemukan jalan menuju pemulihan yang bermakna dan membangun kembali kesejahteraan psikologis mereka.

Pembahasan tentang proses penyembuhan diri dari pengalaman traumatis menyoroti kompleksitas serta beragam strategi yang dapat digunakan individu untuk memulihkan keseimbangan psikologis mereka. Secara umum, proses ini melibatkan pemahaman

mendalam tentang trauma, pengembangan keterampilan coping yang efektif, dukungan sosial yang memadai, kesadaran diri yang dalam, dan integrasi pengalaman traumatis ke dalam narasi hidup individu.

Pentingnya dukungan sosial dalam proses penyembuhan tidak dapat diabaikan, karena hubungan yang mendukung dapat memberikan tempat yang aman bagi individu untuk mengekspresikan perasaan mereka dan menerima dukungan emosional yang diperlukan. Selain itu, pengembangan keterampilan coping yang efektif memungkinkan individu untuk mengatasi stres dan kecemasan yang mungkin muncul akibat trauma.

Kesadaran diri tentang pengaruh trauma pada diri sendiri juga menjadi fokus penting dalam proses penyembuhan diri. Dengan mengenali dan memahami reaksi mereka terhadap trauma, individu dapat memulai perjalanan pemulihan dengan pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri. Selanjutnya, integrasi pengalaman trauma menjadi langkah penting dalam perjalanan penyembuhan, memungkinkan individu untuk merangkul semua aspek dari diri mereka dan menemukan makna serta pertumbuhan dari pengalaman tersebut.

Pentingnya pendekatan holistik dalam pemulihan dari trauma menekankan pentingnya mengintegrasikan berbagai aspek kesehatan, baik fisik, mental, maupun emosional. Selain itu, peran terapis trauma yang terlatih dan terampil juga tidak boleh diabaikan, karena mereka dapat memberikan panduan serta dukungan yang diperlukan dalam proses penyembuhan.

Penggunaan terapi trauma berbasis evidensi juga menunjukkan efektivitasnya dalam membantu individu memproses dan mengatasi trauma mereka. Teknik-teknik seperti Terapi Pemrosesan Mata (EMDR) atau Terapi Berfokus pada Trauma (TFT) telah terbukti efektif dalam mengurangi gejala PTSD dan membantu individu dalam merespons trauma mereka dengan cara yang lebih sehat.

Namun demikian, proses penyembuhan diri dari trauma juga dapat menghadapi berbagai tantangan dan kemunduran. Tantangan-tantangan ini dapat meliputi perasaan tidak aman, kesulitan dalam membangun kembali kepercayaan diri, atau kembali ke pengalaman traumatis yang menyakitkan. Oleh karena itu, penting untuk mengakui bahwa perjalanan pemulihan tidak selalu berjalan mulus dan membutuhkan kesabaran serta dukungan yang berkelanjutan.

Dengan demikian, pemahaman yang mendalam tentang proses penyembuhan diri dari pengalaman traumatis merupakan langkah penting dalam memberikan dukungan yang efektif kepada individu yang mengalami trauma. Dengan menerapkan pendekatan yang holistik dan berkelanjutan, kita dapat membantu individu dalam menavigasi perjalanan pemulihan mereka dengan lebih efektif dan mendukung mereka dalam membangun kembali keseimbangan dan kesejahteraan psikologis mereka.

Melalui pendekatan yang berfokus pada individu dan pengalaman mereka, kita dapat memahami bahwa setiap perjalanan pemulihan dari trauma adalah unik dan pribadi. Dengan demikian, penting bagi para profesional kesehatan mental untuk mengadopsi pendekatan yang sensitif terhadap kebutuhan dan preferensi individu yang mereka layani. Ini melibatkan mendengarkan secara aktif, menunjukkan empati, dan memberikan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan individu.

Selain itu, pendekatan preventif juga penting dalam upaya penyembuhan diri dari trauma. Upaya-upaya untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, mengajarkan keterampilan coping yang adaptif, dan membangun lingkungan yang mendukung dapat membantu mencegah terjadinya trauma atau mengurangi dampaknya jika terjadi.

Adanya penelitian yang terus berkembang dalam bidang psikologi trauma juga menjadi landasan penting dalam upaya pemulihan. Melalui penelitian yang mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi respons terhadap trauma dan efektivitas berbagai strategi intervensi, kita dapat terus meningkatkan kualitas layanan yang kami berikan kepada individu yang mengalami trauma.

Selain itu, penting untuk diingat bahwa proses penyembuhan diri dari trauma tidak berhenti begitu individu mencapai tujuan tertentu. Ini adalah perjalanan yang berkelanjutan, di mana individu mungkin mengalami kemajuan serta tantangan baru seiring waktu. Oleh karena itu, dukungan yang berkelanjutan dan fleksibilitas dalam pendekatan perawatan sangatlah penting.

Dalam kesimpulan, proses penyembuhan diri dari pengalaman traumatis adalah perjalanan yang penuh dengan tantangan, tetapi juga dengan potensi pertumbuhan dan pemulihan yang besar. Dengan mengadopsi pendekatan yang holistik, terpadu, dan berkelanjutan, kita dapat membantu individu yang mengalami trauma untuk memulihkan kesejahteraan psikologis mereka, membangun kembali rasa keamanan dan kontrol dalam hidup mereka, dan menemukan makna serta pertumbuhan dari pengalaman traumatis mereka.

Dalam melanjutkan perjalanan pemulihan dari trauma, penting untuk mengakui bahwa setiap individu memiliki kebutuhan dan jalan menuju pemulihan yang unik. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk memiliki akses ke berbagai sumber daya dan dukungan yang tersedia, seperti terapi individu, kelompok dukungan, dan program-program pemulihan yang disesuaikan dengan kebutuhan mereka.

Selain itu, membangun kembali rasa percaya diri dan harga diri yang mungkin terganggu akibat trauma adalah aspek penting dalam proses pemulihan. Ini melibatkan membantu individu untuk mengidentifikasi kekuatan dan sumber daya internal yang mereka miliki, serta membantu mereka mengatasi rasa malu atau perasaan rendah diri yang mungkin muncul.

Peran penting juga dimainkan oleh faktor-faktor lingkungan dalam proses penyembuhan diri dari trauma. Lingkungan yang aman, mendukung, dan inklusif dapat menciptakan kondisi yang lebih baik bagi individu untuk melakukan pemulihan. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan dan memperbaiki faktor-faktor lingkungan yang mungkin memperburuk dampak trauma.

Selanjutnya, memperluas jaringan dukungan sosial juga dapat menjadi sumber kekuatan dan dukungan yang penting bagi individu dalam perjalanan pemulihan mereka. Membangun hubungan yang sehat dan bermakna dengan orang-orang yang peduli dan mendukung dapat membantu individu merasa lebih didukung dan terhubung saat mereka menjalani perjalanan pemulihan mereka.

Terakhir, penting untuk mengingat bahwa proses penyembuhan diri dari trauma adalah perjalanan yang berkelanjutan. Tidak ada batasan waktu atau tujuan akhir yang pasti, dan setiap individu mungkin mengalami kemajuan dan kemunduran sepanjang jalan. Oleh karena itu, penting untuk bersabar, berkomitmen untuk terus berkembang, dan menerima bahwa pemulihan adalah proses yang unik dan pribadi bagi setiap individu.

Dengan memperhatikan semua aspek ini dan mengadopsi pendekatan yang holistik, terpadu, dan berkelanjutan, kita dapat membantu individu yang mengalami trauma untuk memulihkan keseimbangan psikologis mereka, membangun kembali kesejahteraan dan kualitas hidup yang optimal, dan menemukan kedamaian dan makna dalam hidup mereka.

Kesimpulan

Secara keseluruhan, proses penyembuhan diri dari trauma adalah perjalanan yang kompleks dan pribadi bagi setiap individu yang mengalami pengalaman traumatis. Dalam kesimpulan, penting untuk diingat beberapa poin utama:

Pertama, pemahaman yang mendalam tentang kompleksitas psikologi trauma dan berbagai strategi pemulihan yang tersedia merupakan landasan penting dalam memberikan dukungan yang efektif kepada individu yang mengalami trauma.

Kedua, pendekatan holistik yang memperhatikan aspek fisik, mental, emosional, dan sosial kesehatan individu menjadi kunci dalam membantu mereka dalam proses pemulihan.

Ketiga, dukungan sosial dan hubungan yang mendukung memainkan peran penting dalam membantu individu merasa didengar, didukung, dan terhubung selama perjalanan pemulihan mereka.

Keempat, membangun keterampilan coping yang efektif dan memperkuat kesadaran diri tentang pengalaman trauma adalah langkah penting dalam membantu individu mengatasi dan memproses pengalaman traumatis mereka.

Terakhir, penting untuk diingat bahwa proses pemulihan adalah perjalanan yang berkelanjutan, yang mungkin melibatkan kemajuan dan kemunduran. Oleh karena itu, kesabaran, ketekunan, dan dukungan yang berkelanjutan sangatlah penting.

Dengan memperhatikan semua ini, kita dapat memberikan dukungan yang lebih baik kepada individu yang mengalami trauma, membantu mereka dalam memulihkan keseimbangan psikologis mereka, dan menemukan kedamaian dan makna dalam hidup mereka setelah pengalaman traumatis.

DAFTAR PUSTAKA

- TELAUMBANUA, F., & Syarif, Y. (2022). *PROYEK PEMBANGUNAN GEDUNG MENARA BANK BRI MEDAN. Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- WARUWU, B. M., & Harahap, G. Y. (2022). *PENGERJAAN ABUTMENT PADA PROYEK PENGGANTIAN JEMBATAN IDANO EHO-DESA SIFOROASI-KECAMATAN AMANDRAYA-KABUPATEN NIAS SELATAN. Laporan Kerja Praktek Mahasiswa Teknik*, 1(3).
- Hardjo, S. (2018). *HUBUNGAN PERSEPSI IKLIM ORGANISASI DANINTERAKSI ATASAN BAWAHAN (LEADER MEMBER EXCHANGE) DENGAN ORGANIZATIONAL CITIZENSHIP BEHAVIOR PADA PEGAWAI PERGURUAN PANCA BUDI MEDAN. Jurnal Psychomutiara*, 1(1), 40-50.
- Hasanuddin, H. (2018). *Perbedaan Kecerdasan Emosi Guru Ditinjau Dari Jenis Kelamin. Jurnal Diversita*, 4(1), 26-31.
- 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). *Iklm 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 Ernal, 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 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 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 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).*