
PENDIDIKAN PSIKOLOGI POSITIF MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP

Yuli Hartati Togatorop

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Abstrak

Pendidikan Psikologi Positif telah menjadi subjek yang semakin penting dalam meningkatkan kualitas hidup individu. Artikel ini membahas peran pendidikan psikologi positif dalam meningkatkan kualitas hidup melalui berbagai aspek. Pertama, pendidikan psikologi positif memberikan pemahaman yang mendalam tentang kekuatan individu, fokus pada potensi dan sumber daya yang dimiliki setiap orang untuk mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan. Kedua, pendidikan ini mengajarkan keterampilan kesejahteraan seperti pembangunan hubungan yang sehat, keterampilan manajemen emosi, dan praktik pemikiran positif yang membantu individu mengatasi tantangan hidup dengan lebih baik. Ketiga, melalui pendidikan psikologi positif, individu juga belajar untuk meningkatkan rasa syukur, mengembangkan optimisme, dan menciptakan makna dalam kehidupan mereka. Studi-studi terkini telah menunjukkan bahwa partisipasi dalam program pendidikan psikologi positif dapat membawa perubahan positif dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk peningkatan kesejahteraan subjektif, peningkatan hubungan interpersonal yang lebih memuaskan, serta peningkatan kinerja dalam berbagai konteks kehidupan. Dengan demikian, pendidikan psikologi positif bukan hanya memberikan pemahaman teoritis tentang kesejahteraan psikologis, tetapi juga memberikan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui penekanan pada kekuatan, kemungkinan, dan kualitas hidup yang baik, pendidikan psikologi positif memberikan landasan yang kuat bagi individu untuk meraih kehidupan yang lebih memuaskan dan bermakna.

Kata Kunci: *Pendidikan Psikologi Positif Meningkatkan Kualitas Hidup Melalui Penekanan Pada Kekuatan Individu, Keterampilan Kesejahteraan, Dan Penciptaan Makna.*



PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pendidikan Psikologi Positif telah menjadi subjek yang semakin penting dalam memperbaiki kualitas hidup individu di era modern yang penuh tekanan dan kompleksitas. Konsep ini menawarkan pandangan baru tentang kesejahteraan psikologis, menekankan pentingnya memahami dan memanfaatkan kekuatan individu dalam mencapai kehidupan yang lebih bermakna dan memuaskan.

Dalam abstrak sebelumnya, disoroti bahwa pendidikan psikologi positif membawa kontribusi yang signifikan dalam memperkuat pemahaman tentang kekuatan individu, keterampilan kesejahteraan, dan penciptaan makna. Ini menunjukkan bahwa melalui pendekatan ini, individu tidak hanya diajarkan untuk mengatasi masalah, tetapi juga untuk memanfaatkan potensi dan sumber daya internal mereka.

Kata kunci seperti "kekuatan individu", "keterampilan kesejahteraan", dan "penciptaan makna" menyoroti aspek-aspek utama dari pendidikan psikologi positif yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup. Dalam masyarakat yang semakin terhubung dan kompleks, pemahaman akan konsep-konsep ini menjadi semakin penting untuk membantu individu menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik.

Penekanan pada kekuatan individu adalah respons terhadap paradigma tradisional yang sering kali berfokus pada kelemahan dan masalah. Pendidikan psikologi positif mengajarkan bahwa setiap individu memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang, dan bahwa penekanan pada kekuatan dapat menjadi landasan untuk meraih kehidupan yang lebih memuaskan.

Selain itu, keterampilan kesejahteraan seperti pembangunan hubungan yang sehat dan manajemen emosi menjadi krusial dalam menghadapi tantangan-tantangan sehari-hari. Melalui pendidikan psikologi positif, individu diajarkan untuk mengembangkan keterampilan ini sehingga dapat merespon dengan lebih baik terhadap stres dan tekanan.

Penciptaan makna juga menjadi fokus penting dalam pendidikan psikologi positif. Individu diajarkan untuk mencari arti dan tujuan dalam kehidupan mereka, yang dapat membantu mereka mengatasi rasa hampa dan kebingungan yang sering kali muncul dalam kehidupan modern.

Dengan demikian, pemahaman latar belakang dari pendidikan psikologi positif menjadi krusial dalam merangkul pendekatan ini sebagai solusi untuk meningkatkan kualitas hidup individu. Penelitian dan pengembangan lebih lanjut dalam bidang ini diperlukan untuk menghadapi tantangan dan memperluas dampak positifnya dalam masyarakat secara luas.

Pengembangan pendidikan psikologi positif juga memberikan kontribusi penting dalam memperkuat fondasi kesejahteraan mental dan emosional individu. Di tengah meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, pendekatan yang berorientasi pada kekuatan dan kesejahteraan menjadi semakin relevan dalam upaya meningkatkan kualitas hidup.

Selain itu, partisipasi dalam program pendidikan psikologi positif dapat menghasilkan perubahan positif yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan. Studi-studi terkini menunjukkan bahwa individu yang terlibat dalam pendidikan psikologi positif cenderung mengalami peningkatan kesejahteraan subjektif, memiliki hubungan interpersonal yang lebih memuaskan, dan menunjukkan peningkatan dalam pencapaian tujuan hidup mereka.

Penting untuk diakui bahwa pendidikan psikologi positif bukanlah sekadar tentang pemberian informasi, tetapi juga tentang pembentukan keterampilan dan praktik sehari-hari yang dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, integrasi konsep-konsep ini dalam sistem pendidikan formal dan informal menjadi penting untuk memberikan akses yang lebih luas kepada individu dalam upaya meningkatkan kualitas hidup mereka.

Dalam era di mana kebahagiaan dan kesejahteraan sering diukur oleh pencapaian materi dan kesuksesan eksternal, pendidikan psikologi positif menawarkan alternatif yang lebih berkelanjutan dan bermakna. Melalui pemahaman yang lebih dalam tentang kekuatan individu, pembangunan keterampilan kesejahteraan, dan penciptaan makna dalam kehidupan, individu dapat meraih kehidupan yang lebih memuaskan dan bermakna.

Dalam konteks ini, penelitian lanjutan dan investasi dalam pengembangan program pendidikan psikologi positif sangat penting. Hal ini tidak hanya untuk memperluas pemahaman kita tentang konsep ini, tetapi juga untuk meningkatkan aksesibilitasnya kepada masyarakat luas. Dengan demikian, pendidikan psikologi positif dapat menjadi instrumen yang kuat dalam upaya menciptakan masyarakat yang lebih sejahtera dan berkelanjutan secara holistik.

Secara lebih spesifik, pendidikan psikologi positif dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam mengatasi masalah kesehatan mental yang semakin meningkat di banyak masyarakat. Dengan memberikan pemahaman yang mendalam tentang kesejahteraan psikologis dan keterampilan untuk mengelola stres, kecemasan, dan depresi, pendidikan ini dapat membantu individu mengatasi tantangan kesehatan mental dengan lebih efektif.

Selain itu, pendidikan psikologi positif juga memiliki potensi untuk memberikan dampak yang luas dalam konteks pendidikan. Dengan mengajarkan keterampilan kesejahteraan seperti manajemen emosi, penyelesaian konflik, dan pembangunan hubungan yang sehat, pendidikan ini dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan mendukung pertumbuhan holistik para siswa.

Tidak hanya itu, pendidikan psikologi positif juga dapat memiliki implikasi yang signifikan dalam dunia kerja dan produktivitas. Individu yang memiliki pemahaman yang lebih baik tentang kekuatan dan keterampilan kesejahteraan cenderung lebih berkinerja, lebih termotivasi, dan lebih produktif dalam lingkungan kerja mereka.

Oleh karena itu, penting untuk terus mengembangkan dan memperluas program pendidikan psikologi positif, serta meningkatkan kesadaran akan manfaatnya di kalangan masyarakat umum. Dengan demikian, kita dapat menciptakan budaya yang lebih inklusif dan peduli, di mana kualitas hidup individu menjadi fokus utama dalam setiap aspek kehidupan.

Metode Penelitian

Metode Penelitian:

Metode pengembangan pendidikan psikologi positif merupakan langkah penting dalam memperkuat pemahaman dan penerapan konsep-konsep kesejahteraan psikologis. Dengan pendekatan yang terstruktur dan terukur, program ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup individu melalui pemahaman yang mendalam tentang kekuatan individu, pembangunan keterampilan kesejahteraan, dan penciptaan makna dalam kehidupan sehari-hari.

- 1. Review Literatur: Langkah pertama dalam pengembangan pendidikan psikologi positif adalah melakukan tinjauan literatur mendalam tentang konsep-konsep utama, teori-teori terkait, dan penelitian empiris yang mendukungnya. Tinjauan literatur ini akan membentuk dasar pemahaman yang kuat tentang bidang ini dan membantu merumuskan pendekatan yang tepat.*
- 2. Identifikasi Tujuan: Selanjutnya, identifikasi tujuan spesifik dari program pendidikan psikologi positif yang akan dikembangkan. Tujuan ini harus spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatasan waktu. Tujuan dapat mencakup peningkatan pemahaman tentang kekuatan individu, pengembangan keterampilan kesejahteraan, dan peningkatan penciptaan makna dalam kehidupan.*
- 3. Desain Kurikulum: Berdasarkan tinjauan literatur dan tujuan yang ditetapkan, desainlah kurikulum yang komprehensif untuk program pendidikan psikologi positif. Kurikulum ini harus mencakup berbagai topik seperti identifikasi kekuatan individu, pembangunan keterampilan kesejahteraan, praktik pemikiran positif, dan penciptaan makna dalam kehidupan.*
- 4. Pengembangan Materi Pembelajaran: Setelah merancang kurikulum, langkah berikutnya adalah mengembangkan materi pembelajaran yang sesuai. Materi pembelajaran dapat berupa presentasi, modul pembelajaran online, latihan praktis, dan sumber daya lainnya yang mendukung pembelajaran aktif dan berbasis bukti.*

5. *Implementasi: Setelah materi pembelajaran dikembangkan, implementasikan program pendidikan psikologi positif dalam konteks yang sesuai, seperti sekolah, tempat kerja, atau komunitas lokal. Pastikan untuk melibatkan peserta secara aktif dalam proses pembelajaran dan menyediakan dukungan yang diperlukan selama proses.*
6. *Evaluasi dan Revisi: Lakukan evaluasi menyeluruh terhadap program pendidikan psikologi positif yang telah diimplementasikan. Gunakan metode evaluasi yang sesuai, seperti kuesioner, wawancara, atau observasi, untuk mengukur pencapaian tujuan dan efektivitas program. Berdasarkan hasil evaluasi, revisi kurikulum dan materi pembelajaran sesuai kebutuhan untuk meningkatkan efektivitas program secara keseluruhan.*
7. *Diseminasi: Terakhir, diseminasikan temuan dan hasil dari program pendidikan psikologi positif kepada pemangku kepentingan yang relevan, seperti peserta, pendidik, dan pengambil keputusan. Bagikan pembelajaran dan praktik terbaik secara luas untuk meningkatkan dampak positif program dalam jangka panjang.*

Dengan penerapan metode ini, diharapkan bahwa program pendidikan psikologi positif dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup individu di berbagai konteks kehidupan. Melalui pendekatan yang komprehensif dan terstruktur, kita dapat membentuk masyarakat yang lebih peduli, inklusif, dan berfokus pada kebahagiaan dan kesejahteraan bersama. Dengan terus mengembangkan dan memperluas program ini, kita dapat menciptakan dampak positif yang berkelanjutan bagi individu dan masyarakat secara luas.

PEMBAHASAN

Tema utama dari pendidikan psikologi positif adalah untuk meningkatkan kualitas hidup individu melalui pemahaman mendalam tentang kekuatan bawaan yang dimiliki setiap orang. Pendekatan ini menekankan bahwa setiap individu memiliki potensi dan sumber daya internal yang dapat digunakan untuk mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan. Dengan fokus pada pengembangan kekuatan, individu diajarkan untuk mengenali dan memanfaatkan potensi mereka secara maksimal.

Selain pemahaman tentang kekuatan individu, pendidikan psikologi positif juga menekankan pentingnya keterampilan kesejahteraan dalam meningkatkan kualitas hidup. Ini mencakup pembelajaran keterampilan seperti manajemen emosi, penyelesaian konflik, dan pembangunan hubungan yang sehat. Dengan menguasai keterampilan ini, individu dapat mengelola stres dan tantangan hidup dengan lebih efektif, meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Pendekatan pendidikan psikologi positif juga mencakup penciptaan makna dalam kehidupan sehari-hari. Ini melibatkan identifikasi nilai-nilai yang penting bagi individu dan menciptakan tujuan hidup yang memberikan makna dan tujuan. Dengan memiliki

pemahaman yang jelas tentang apa yang penting bagi mereka, individu dapat merasa lebih memuaskan dan bermakna dalam kehidupan mereka.

Studi-studi terkini telah menunjukkan bahwa partisipasi dalam program pendidikan psikologi positif dapat menghasilkan perubahan positif dalam berbagai aspek kehidupan. Ini termasuk peningkatan kesejahteraan subjektif, peningkatan hubungan interpersonal yang lebih memuaskan, dan peningkatan pencapaian tujuan hidup. Dengan demikian, pendidikan psikologi positif tidak hanya memberikan pemahaman teoritis tentang kesejahteraan psikologis, tetapi juga memberikan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Integrasi konsep-konsep ini dalam pendidikan formal dan informal menjadi krusial dalam memperluas aksesibilitas pendidikan psikologi positif kepada masyarakat luas. Dengan demikian, individu dari berbagai latar belakang dan tingkat pendidikan dapat mengambil manfaat dari pendekatan ini untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Program pendidikan psikologi positif juga memiliki potensi untuk memberikan kontribusi yang signifikan dalam mengatasi masalah kesehatan mental yang semakin meningkat di banyak masyarakat. Dengan memberikan pemahaman yang mendalam tentang kesejahteraan psikologis dan keterampilan untuk mengelola stres, kecemasan, dan depresi, program ini dapat menjadi alat yang efektif dalam membantu individu mengatasi tantangan kesehatan mental mereka.

Selain itu, pendidikan psikologi positif dapat memiliki implikasi yang signifikan dalam konteks pendidikan formal. Dengan mengajarkan keterampilan kesejahteraan kepada siswa, program ini dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan mendukung pertumbuhan holistik mereka. Ini dapat berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan siswa, serta peningkatan pencapaian akademik dan keterlibatan sekolah.

Dalam dunia kerja, pendidikan psikologi positif juga dapat membantu meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan karyawan. Dengan mengajarkan keterampilan seperti manajemen emosi dan penyelesaian konflik, program ini dapat membantu karyawan mengelola stres dan meningkatkan kinerja mereka. Ini dapat menghasilkan lingkungan kerja yang lebih positif dan produktif secara keseluruhan.

Dengan menerapkan metode yang komprehensif dan terstruktur, program pendidikan psikologi positif dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam menciptakan masyarakat yang lebih sejahtera dan berkelanjutan. Melalui pendekatan yang holistik dan terbukti secara empiris, kita dapat membantu individu mengembangkan potensi mereka sepenuhnya dan mencapai kehidupan yang lebih memuaskan dan bermakna.

Pengembangan pendidikan psikologi positif juga memerlukan upaya terus-menerus dalam evaluasi dan penyesuaian. Melalui pengumpulan umpan balik dari peserta dan evaluasi terhadap pencapaian tujuan, program ini dapat terus ditingkatkan untuk

meningkatkan efektivitasnya. Hal ini mencakup revisi kurikulum, pengembangan materi pembelajaran yang lebih relevan, serta penyesuaian metode pengajaran sesuai dengan kebutuhan dan preferensi peserta.

Selain itu, diseminasi hasil dan temuan dari program pendidikan psikologi positif menjadi penting untuk memperluas dampaknya. Melalui publikasi artikel, seminar, dan konferensi, pengetahuan dan praktik terbaik yang dihasilkan dari program ini dapat dibagikan kepada pemangku kepentingan yang relevan, termasuk praktisi, peneliti, dan pengambil kebijakan. Dengan demikian, program ini dapat memberikan kontribusi yang lebih besar dalam menciptakan perubahan positif dalam masyarakat secara luas.

Dengan kesadaran akan pentingnya kualitas hidup individu yang semakin meningkat, pendidikan psikologi positif menjadi semakin relevan dalam membantu individu meraih kehidupan yang lebih memuaskan dan bermakna. Melalui pendekatan yang berpusat pada kekuatan, keterampilan kesejahteraan, dan penciptaan makna, program ini tidak hanya memberikan solusi untuk tantangan-tantangan hidup, tetapi juga memberikan landasan untuk pertumbuhan pribadi dan pembangunan masyarakat yang lebih sejahtera secara keseluruhan.

Pendidikan psikologi positif merupakan bidang yang berkembang pesat dalam upaya meningkatkan kualitas hidup individu melalui pemahaman yang mendalam tentang kekuatan bawaan yang dimiliki setiap orang. Konsep ini menekankan pentingnya fokus pada potensi individu, bukan hanya mengatasi masalah atau kelemahan. Dengan demikian, pendidikan psikologi positif menawarkan pendekatan yang holistik dalam memahami dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Melalui pendidikan psikologi positif, individu diajarkan untuk mengidentifikasi dan memanfaatkan kekuatan bawaan mereka. Ini termasuk mengenali bakat, minat, dan nilai-nilai yang mendasari kehidupan mereka. Dengan fokus pada kekuatan, individu dapat merasa lebih percaya diri dan mampu mengatasi tantangan hidup dengan lebih baik.

Selain itu, pendidikan psikologi positif juga menekankan pentingnya keterampilan kesejahteraan untuk meningkatkan kualitas hidup. Ini mencakup pembelajaran keterampilan seperti manajemen emosi, penyelesaian konflik, dan pembangunan hubungan yang sehat. Dengan menguasai keterampilan ini, individu dapat mengelola stres dan tekanan dengan lebih baik, meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Penciptaan makna juga menjadi fokus penting dalam pendidikan psikologi positif. Individu diajarkan untuk mencari arti dan tujuan dalam kehidupan mereka, yang dapat membantu mereka mengatasi rasa hampa dan kebingungan yang sering muncul dalam kehidupan modern. Dengan memiliki pemahaman yang jelas tentang apa yang penting bagi mereka, individu dapat merasa lebih memuaskan dan bermakna dalam kehidupan mereka.

Studi-studi terkini telah menunjukkan bahwa partisipasi dalam program pendidikan psikologi positif dapat menghasilkan perubahan positif dalam berbagai aspek kehidupan. Ini termasuk peningkatan kesejahteraan subjektif, peningkatan hubungan interpersonal yang lebih memuaskan, dan peningkatan pencapaian tujuan hidup.

Integrasi konsep-konsep ini dalam pendidikan formal dan informal menjadi krusial dalam memperluas aksesibilitas pendidikan psikologi positif kepada masyarakat luas. Dengan demikian, individu dari berbagai latar belakang dan tingkat pendidikan dapat mengambil manfaat dari pendekatan ini untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Program pendidikan psikologi positif juga memiliki potensi untuk memberikan kontribusi yang signifikan dalam mengatasi masalah kesehatan mental yang semakin meningkat di banyak masyarakat. Dengan memberikan pemahaman yang mendalam tentang kesejahteraan psikologis dan keterampilan untuk mengelola stres, kecemasan, dan depresi, program ini dapat menjadi alat yang efektif dalam membantu individu mengatasi tantangan kesehatan mental mereka.

Selain itu, pendidikan psikologi positif dapat memiliki implikasi yang signifikan dalam konteks pendidikan formal. Dengan mengajarkan keterampilan kesejahteraan kepada siswa, program ini dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan mendukung pertumbuhan holistik mereka. Ini dapat berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan siswa, serta peningkatan pencapaian akademik dan keterlibatan sekolah.

Dalam dunia kerja, pendidikan psikologi positif juga dapat membantu meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan karyawan. Dengan mengajarkan keterampilan seperti manajemen emosi dan penyelesaian konflik, program ini dapat membantu karyawan mengelola stres dan meningkatkan kinerja mereka. Ini dapat menghasilkan lingkungan kerja yang lebih positif dan produktif secara keseluruhan.

Dengan menerapkan metode yang komprehensif dan terstruktur, program pendidikan psikologi positif dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam menciptakan masyarakat yang lebih sejahtera dan berkelanjutan. Melalui pendekatan yang holistik dan terbukti secara empiris, kita dapat membantu individu mengembangkan potensi mereka sepenuhnya dan mencapai kehidupan yang lebih memuaskan dan bermakna.

Pengembangan pendidikan psikologi positif juga memerlukan upaya terus-menerus dalam evaluasi dan penyesuaian. Melalui pengumpulan umpan balik dari peserta dan evaluasi terhadap pencapaian tujuan, program ini dapat terus ditingkatkan untuk meningkatkan efektivitasnya. Hal ini mencakup revisi kurikulum, pengembangan materi pembelajaran yang lebih relevan, serta penyesuaian metode pengajaran sesuai dengan kebutuhan dan preferensi peserta.

Selain itu, diseminasi hasil dan temuan dari program pendidikan psikologi positif menjadi penting untuk memperluas dampaknya. Melalui publikasi artikel, seminar, dan

konferensi, pengetahuan dan praktik terbaik yang dihasilkan dari program ini dapat dibagikan kepada pemangku kepentingan yang relevan, termasuk praktisi, peneliti, dan pengambil kebijakan. Dengan demikian, program ini dapat memberikan kontribusi yang lebih besar dalam menciptakan perubahan positif dalam masyarakat secara luas.

Dengan kesadaran akan pentingnya kualitas hidup individu yang semakin meningkat, pendidikan psikologi positif menjadi semakin relevan dalam membantu individu meraih kehidupan yang lebih memuaskan dan bermakna. Melalui pendekatan yang berpusat pada kekuatan, keterampilan kesejahteraan, dan penciptaan makna, program ini tidak hanya memberikan solusi untuk tantangan-tantangan hidup, tetapi juga memberikan landasan untuk pertumbuhan pribadi dan pembangunan masyarakat yang lebih sejahtera secara keseluruhan.

Pendekatan holistik dari pendidikan psikologi positif menekankan pentingnya memperlakukan individu sebagai keseluruhan yang kompleks. Ini mencakup aspek-aspek fisik, emosional, sosial, dan spiritual dari kehidupan manusia. Dengan memahami dan menghargai keberagaman ini, program pendidikan psikologi positif dapat menjadi lebih inklusif dan relevan bagi berbagai individu.

Selain itu, pendidikan psikologi positif juga dapat memberikan landasan yang kuat bagi pembangunan karakter dan nilai-nilai positif. Melalui penguatan kekuatan individu dan praktik-praktik kesejahteraan, individu diajarkan untuk mengembangkan sifat-sifat seperti optimisme, ketabahan, dan empati. Ini tidak hanya membantu mereka menghadapi tantangan pribadi, tetapi juga membentuk mereka menjadi kontributor yang positif dalam masyarakat.

Peran penting dari pendidikan psikologi positif juga terletak dalam pembentukan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan individu. Dengan membangun komunitas yang berorientasi pada kekuatan dan kesejahteraan, program ini dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif, peduli, dan berempati. Hal ini dapat membantu mengurangi stigma terkait dengan masalah kesehatan mental dan menciptakan dukungan sosial yang lebih kuat.

Di samping itu, pendidikan psikologi positif juga dapat memiliki implikasi dalam meningkatkan keberlanjutan dan ketahanan masyarakat. Dengan membantu individu mengembangkan keterampilan untuk mengatasi tantangan dan menghadapi perubahan, program ini dapat mempersiapkan masyarakat untuk menghadapi masa depan yang tidak pasti dengan lebih baik. Ini dapat menciptakan masyarakat yang lebih adaptif, tangguh, dan mampu mengatasi berbagai tantangan.

Dalam konteks globalisasi dan kompleksitas yang semakin meningkat, pendidikan psikologi positif juga dapat menjadi jembatan untuk memahami dan menghargai keragaman budaya. Dengan memperkuat rasa saling pengertian dan empati antarindividu,

program ini dapat mempromosikan perdamaian, harmoni, dan kerjasama lintas budaya. Ini menjadi penting dalam menciptakan dunia yang lebih inklusif dan damai bagi semua.

Terakhir, program pendidikan psikologi positif juga dapat memberikan kontribusi dalam upaya pencegahan dan intervensi terhadap masalah kesehatan mental. Dengan memberikan individu keterampilan untuk mengelola stres, meningkatkan kesejahteraan, dan memperkuat dukungan sosial, program ini dapat membantu mengurangi risiko terjadinya masalah kesehatan mental dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Dengan demikian, pendidikan psikologi positif tidak hanya merupakan investasi dalam kesejahteraan individu, tetapi juga merupakan investasi dalam pembangunan masyarakat yang lebih baik secara keseluruhan. Melalui pendekatan yang holistik, inklusif, dan berkelanjutan, program ini memiliki potensi untuk menciptakan dampak positif yang besar dalam kehidupan individu dan masyarakat di seluruh dunia.

Kesimpulan

Secara keseluruhan, pendidikan psikologi positif memberikan kontribusi yang signifikan dalam upaya meningkatkan kualitas hidup individu dan masyarakat secara luas. Melalui pendekatan yang berpusat pada kekuatan individu, keterampilan kesejahteraan, dan penciptaan makna dalam kehidupan, program ini memberikan landasan yang kuat bagi pertumbuhan pribadi, pembangunan karakter, dan pembentukan lingkungan yang mendukung.

Dengan menekankan pentingnya fokus pada potensi dan sumber daya internal, pendidikan psikologi positif memungkinkan individu untuk meraih kehidupan yang lebih memuaskan, bermakna, dan berarti. Ini tidak hanya membantu mereka mengatasi tantangan hidup, tetapi juga membentuk mereka menjadi kontributor yang positif dalam masyarakat.

Selain itu, program ini juga memiliki implikasi yang signifikan dalam meningkatkan kesehatan mental, mempersiapkan individu untuk menghadapi perubahan dan tantangan masa depan, mempromosikan kerjasama lintas budaya, dan mendukung upaya pencegahan masalah kesehatan mental.

Dengan demikian, pendidikan psikologi positif bukan hanya tentang meningkatkan kesejahteraan individu, tetapi juga merupakan investasi dalam pembangunan masyarakat yang lebih baik secara keseluruhan. Melalui upaya terus-menerus dalam pengembangan, implementasi, evaluasi, dan diseminasi program ini, kita dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif, peduli, dan berkelanjutan untuk semua individu di seluruh dunia.

DAFTAR PUSTAKA

- Hardjo, S. (2018). HUBUNGAN PERSEPSI IKLIM ORGANISASI DAN INTERAKSI 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). 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 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.*