Analisis Interpersonal Neurobiology dalam Membangun Hubungan Aman

OSSY IVANIKHA

Abstrak

Interpersonal neurobiology (INB) adalah sebuah pendekatan yang mengintegrasikan ilmu syaraf, psikologi, dan hubungan interpersonal untuk memahami bagaimana pengalaman sosial mempengaruhi otak dan perilaku individu. Dalam konteks membangun hubungan aman, INB menawarkan wawasan penting mengenai bagaimana interaksi antara individu dapat membentuk pola neurobiologis yang mendukung keamanan emosional dan kesejahteraan psikologis. Hubungan yang aman, baik dalam konteks keluarga, pasangan, maupun di lingkungan sosial lainnya, berperan krusial dalam perkembangan dan pengaturan emosi individu. Artikel ini membahas bagaimana prinsip-prinsip INB dapat diterapkan untuk menciptakan hubungan yang aman, serta implikasinya terhadap pengelolaan stres, trauma, dan ketidakpastian dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memahami peran otak dalam membentuk pengalaman emosional dan sosial, INB menawarkan pendekatan yang lebih mendalam dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental dan emosional. Penelitian menunjukkan bahwa kualitas hubungan interpersonal yang aman dapat memperkuat kemampuan individu dalam mengatur emosi dan meningkatkan kualitas hidup. Artikel ini bertujuan untuk memberikan wawasan mengenai pentingnya neurobiologi dalam pembentukan hubungan aman dan dampaknya terhadap kesejahteraan individu.

Kata Kunci: *Interpersonal neurobiology, hubungan aman, neurobiologi, kesejahteraan emosional, pengelolaan stres.*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Hubungan interpersonal merupakan aspek fundamental dalam kehidupan manusia yang memengaruhi berbagai dimensi kesejahteraan, baik fisik, emosional, maupun psikologis. Seiring dengan berkembangnya penelitian dalam bidang psikologi dan neurobiologi, semakin jelas bahwa kualitas hubungan antar individu tidak hanya dipengaruhi oleh faktor sosial dan psikologis, tetapi juga oleh aspek neurobiologis. Salah satu pendekatan yang relevan dalam memahami hubungan interpersonal adalah Interpersonal Neurobiology (INB), sebuah teori yang menggabungkan ilmu saraf, psikologi perkembangan, dan interaksi sosial untuk menjelaskan bagaimana pengalaman sosial membentuk otak manusia.

Interpersonal Neurobiology dikembangkan oleh Daniel J. Siegel pada awal abad ke-21, yang mengusulkan bahwa interaksi sosial yang sehat dan mendukung dapat mengubah struktur dan fungsi otak, serta meningkatkan kesejahteraan mental individu. Dalam konteks hubungan interpersonal, INB menekankan pentingnya hubungan yang aman dan stabil dalam membentuk dan memelihara fungsi neurobiologis yang mendukung regulasi emosi dan keterhubungan sosial yang sehat. Relasi yang aman ini berfungsi sebagai dasar bagi pengembangan rasa aman emosional, yang sangat penting dalam perkembangan psikologis dan kesehatan mental seseorang.

Dalam kehidupan sehari-hari, interaksi sosial yang penuh dukungan dan rasa aman dapat membantu individu dalam mengatasi tantangan psikologis seperti stres, kecemasan, dan trauma. Sebaliknya, hubungan yang tidak aman atau penuh ketegangan dapat mempengaruhi otak dalam cara yang dapat merusak kemampuan individu untuk mengatur emosi, meningkatkan risiko gangguan mental, dan memperburuk kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh karena itu, memahami peran INB dalam membangun hubungan yang aman menjadi sangat penting dalam konteks pembentukan kesehatan mental yang baik.

Hubungan aman atau secure attachment, sebagaimana dijelaskan oleh teori keterikatan (attachment theory) yang diperkenalkan oleh John Bowlby dan Mary Ainsworth, merupakan fondasi utama bagi perkembangan psikologis anak dan individu sepanjang hidup. Sebuah hubungan aman tercipta ketika individu merasa dihargai, dipercaya, dan diperhatikan oleh orang lain. Pengalaman ini membantu otak mengatur emosi dengan lebih baik, serta meningkatkan kemampuan individu untuk mengelola stres dan membentuk pola perilaku yang positif. Hal ini menjadi dasar dalam berbagai interaksi sosial yang lebih sehat di masa depan.

Penelitian dalam bidang neurobiologi telah menunjukkan bahwa hubungan yang aman dapat memodulasi struktur dan fungsi otak, khususnya di bagian-bagian yang terkait dengan regulasi emosi, empati, dan pengolahan informasi sosial. Interaksi sosial yang

penuh empati dan perhatian akan mempengaruhi pembentukan sinapsis di otak, yang pada gilirannya mendukung kemampuan individu untuk menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Dalam hal ini, INB menyoroti peran penting dari dua komponen utama dalam pembentukan hubungan yang aman: kesadaran diri (self-awareness) dan kesadaran sosial (social awareness). Kedua komponen ini memainkan peran penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental dan emosional individu.

Selain itu, perkembangan ilmiah tentang neuroplastisitas juga mendukung pentingnya hubungan yang aman. Neuroplastisitas adalah kemampuan otak untuk berubah dan beradaptasi berdasarkan pengalaman. Ini berarti bahwa interaksi sosial yang aman dan penuh dukungan dapat membawa perubahan positif pada otak, memperkuat kemampuan individu untuk mengelola emosi dan membangun hubungan yang lebih baik di masa depan. Oleh karena itu, INB tidak hanya menawarkan pemahaman yang lebih dalam tentang hubungan interpersonal, tetapi juga memberikan solusi praktis untuk menciptakan hubungan yang sehat dan aman, baik di tingkat pribadi maupun dalam konteks sosial yang lebih luas.

Dalam menghadapi tantangan zaman modern, seperti meningkatnya stres, kecemasan, dan isolasi sosial, penting bagi individu untuk memiliki alat dan pemahaman yang dapat membantu mereka membangun dan memelihara hubungan yang aman. INB memberikan pendekatan yang berbasis bukti untuk mengatasi masalah tersebut dengan memperkuat koneksi sosial yang positif, serta membantu individu mengembangkan keterampilan untuk mengelola emosi dan stres dengan cara yang lebih adaptif.

Melalui pemahaman tentang bagaimana otak merespons interaksi sosial dan bagaimana hubungan yang aman dapat membentuk otak, artikel ini bertujuan untuk menggali lebih dalam tentang penerapan Interpersonal Neurobiology dalam membangun hubungan yang aman. Dengan demikian, kita dapat lebih memahami peran penting hubungan interpersonal dalam mendukung kesejahteraan emosional dan psikologis individu, serta bagaimana pendekatan neurobiologi dapat diterapkan dalam konteks intervensi psikologis untuk memperbaiki kualitas hubungan sosial di masyarakat.

Pembahasan

Interpersonal Neurobiology (INB) sebagai sebuah pendekatan interdisipliner menggabungkan pemahaman dari ilmu saraf, psikologi perkembangan, dan teori hubungan sosial. INB menawarkan perspektif baru dalam memahami hubungan interpersonal, tidak hanya sebagai suatu aspek sosial, tetapi juga sebagai fenomena yang memengaruhi struktur dan fungsi otak manusia. Dalam pembahasan ini, kita akan mengeksplorasi konsep utama INB dan bagaimana prinsip-prinsipnya dapat diterapkan untuk membangun hubungan yang aman (secure attachment), serta implikasinya terhadap kesejahteraan emosional dan mental.

1. Dasar-dasar Interpersonal Neurobiology (INB)

INB berakar pada pemahaman bahwa otak manusia sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial. Sebagaimana dikemukakan oleh Daniel J. Siegel, INB memandang otak bukan sebagai entitas terpisah yang berfungsi sendiri, melainkan sebagai organ yang terhubung erat dengan pengalaman sosial dan interaksi antar individu. Otak beradaptasi dan berubah berdasarkan pengalaman sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari, seperti komunikasi antar pribadi, empati, dan interaksi sosial lainnya. Dalam kerangka ini, hubungan interpersonal yang aman berfungsi sebagai landasan yang mendukung kesehatan mental, karena interaksi yang mendalam dan penuh perhatian memengaruhi perkembangan otak secara langsung.

INB juga mengakui bahwa otak tidak hanya berperan dalam pengolahan informasi kognitif, tetapi juga dalam pengolahan emosi dan hubungan sosial. Dalam konteks ini, struktur otak yang terlibat adalah area-area yang berkaitan dengan regulasi emosi, pengambilan keputusan sosial, dan keterhubungan antar pribadi. Beberapa bagian otak yang sangat berperan dalam hubungan interpersonal adalah amigdala, korteks prefrontal, dan hippocampus. Amigdala, misalnya, berfungsi sebagai pusat pengolahan emosi, termasuk rasa takut dan kecemasan, sedangkan korteks prefrontal berperan dalam pengambilan keputusan dan pengendalian diri.

2. Peran Hubungan Aman dalam Perkembangan Otak

Salah satu konsep kunci dalam INB adalah hubungan yang aman, yang mengacu pada teori keterikatan (attachment theory) yang dikembangkan oleh John Bowlby dan Mary Ainsworth. Menurut teori ini, pengalaman awal seorang anak dengan pengasuh atau orang tua sangat menentukan kemampuan mereka untuk membentuk hubungan yang sehat di masa depan. Hubungan yang aman terbentuk ketika anak merasa bahwa pengasuhnya dapat memberikan perhatian dan dukungan emosional yang konsisten, yang pada gilirannya membangun rasa aman dan kepercayaan diri anak.

Dalam konteks neurobiologi, hubungan yang aman ini berperan penting dalam perkembangan otak. Pengalaman interaksi sosial yang positif dan penuh perhatian memengaruhi proses neuroplastisitas, yaitu kemampuan otak untuk berubah dan beradaptasi. Misalnya, ketika seorang anak menerima respons yang penuh perhatian dan penuh kasih sayang dari orang tuanya, ini akan mempengaruhi pembentukan dan penguatan sinapsis di otak, khususnya di area yang berkaitan dengan regulasi emosi dan pengolahan informasi sosial. Akibatnya, anak tersebut akan lebih mampu mengelola emosi, berempati, dan membentuk hubungan sosial yang sehat di masa depan.

Lebih lanjut, penelitian tentang neuroplastisitas menunjukkan bahwa hubungan yang aman tidak hanya berpengaruh pada perkembangan otak anak, tetapi juga dapat memberikan dampak jangka panjang pada kesehatan mental individu. Anak yang tumbuh dalam lingkungan yang aman secara emosional lebih mampu mengatasi stres

dan ketegangan di masa depan, serta memiliki kemampuan untuk membangun hubungan yang lebih kuat dengan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa membangun hubungan yang aman sangat penting untuk pengembangan otak yang sehat dan pengelolaan emosi yang baik sepanjang hidup.

3. Neurobiologi dalam Membangun Hubungan Aman

Interaksi sosial yang aman mengarah pada pembentukan pola neurobiologis yang mendukung regulasi emosi, keterhubungan sosial, dan ketahanan mental. Salah satu aspek penting dari INB adalah pemahaman bahwa hubungan yang aman dapat memperkuat kemampuan otak dalam mengelola emosi, khususnya dalam menghadapi situasi stres. Ketika individu merasa terhubung dan dipahami oleh orang lain, otak mereka akan memproduksi hormon-hormon seperti oksitosin dan serotonin, yang berperan dalam menciptakan perasaan nyaman dan tenang. Oksitosin, yang dikenal sebagai "hormon cinta," dapat memperkuat ikatan sosial dan meningkatkan kepercayaan antar individu.

Oksitosin juga memainkan peran penting dalam memoderasi respons amigdala terhadap situasi yang menegangkan. Dengan kata lain, hubungan yang aman dapat mengurangi kecemasan dan rasa takut yang disebabkan oleh rangsangan sosial, dengan memodulasi respons otak terhadap ancaman. Selain itu, INB juga menunjukkan bahwa hubungan yang aman dapat meningkatkan fungsi korteks prefrontal, yang bertanggung jawab untuk pengambilan keputusan yang rasional dan pengendalian diri. Ketika otak terhubung dengan orang lain dalam interaksi sosial yang positif, individu akan lebih mampu mengatur emosi mereka dengan cara yang adaptif, sehingga mengurangi risiko gangguan emosional dan mental.

4. Implikasi INB dalam Mengatasi Gangguan Emosional dan Mental

Pemahaman tentang INB menawarkan perspektif baru dalam mengatasi gangguan emosional dan mental yang seringkali dipengaruhi oleh ketegangan dalam hubungan interpersonal. Gangguan seperti kecemasan, depresi, dan PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) dapat diperburuk oleh hubungan yang tidak aman atau penuh ketegangan. Oleh karena itu, INB memberikan pendekatan yang berbasis pada neurobiologi untuk mengatasi masalah ini, dengan menekankan pentingnya membangun hubungan yang aman untuk meningkatkan kesejahteraan mental.

Dalam konteks ini, pendekatan INB dapat diterapkan dalam terapi untuk individu yang mengalami gangguan kecemasan atau trauma. Terapi berbasis INB akan membantu individu untuk memahami bagaimana pengalaman sosial mereka memengaruhi otak dan perilaku mereka. Melalui pendekatan yang penuh perhatian, individu diajak untuk membentuk kembali pola hubungan sosial mereka, yang pada gilirannya dapat mengurangi gejala gangguan emosional. Sebagai contoh, terapi yang berbasis pada hubungan yang aman dapat memperkuat keterhubungan sosial, mengurangi isolasi, dan

memfasilitasi pengaturan emosi yang lebih baik, yang sangat penting dalam proses penyembuhan dari trauma atau gangguan kecemasan.

5. Penerapan INB dalam Kehidupan Sehari-hari

Aplikasi prinsip-prinsip INB dalam kehidupan sehari-hari dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam membangun hubungan yang lebih sehat. Dalam konteks keluarga, pendidikan, dan masyarakat, INB dapat digunakan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan otak yang sehat. Misalnya, dalam pendidikan, guru yang memahami prinsip-prinsip INB dapat menciptakan ruang kelas yang penuh perhatian dan empati, yang membantu siswa merasa lebih aman dan termotivasi untuk belajar.

Selain itu, dalam hubungan pasangan atau teman, INB menekankan pentingnya komunikasi yang penuh perhatian dan empati. Ketika individu merasa dihargai dan dipahami, otak mereka dapat berfungsi dengan lebih baik dalam mengelola emosi, mengurangi stres, dan memperkuat ikatan sosial. Oleh karena itu, INB tidak hanya relevan dalam konteks terapi, tetapi juga dalam kehidupan sosial sehari-hari, di mana membangun hubungan yang aman dapat meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

6. Tantangan dan Peluang dalam Menerapkan INB

Meskipun INB menawarkan pendekatan yang sangat berguna dalam membangun hubungan yang aman, penerapannya tidak selalu mudah. Salah satu tantangan utama adalah kesulitan dalam mengubah pola hubungan yang sudah terbentuk, terutama jika pola tersebut telah terbentuk selama bertahun-tahun. Selain itu, perbedaan dalam pemahaman dan penerapan INB di berbagai budaya dan konteks sosial juga dapat mempengaruhi efektivitasnya. Namun, dengan pendekatan yang tepat dan pemahaman yang lebih baik tentang neurobiologi hubungan, tantangan ini dapat diatasi.

Kesimpulan

Interpersonal Neurobiology (INB) memberikan wawasan yang mendalam mengenai hubungan antara otak, emosi, dan interaksi sosial, serta bagaimana pengalaman sosial mempengaruhi struktur dan fungsi otak. Pendekatan ini menegaskan bahwa otak tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman individu secara internal, tetapi juga oleh hubungan yang dijalin dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari. INB menunjukkan bahwa hubungan yang aman, yang terbentuk melalui perhatian, empati, dan keterhubungan emosional, berperan sangat penting dalam perkembangan otak yang sehat dan pengelolaan emosi yang efektif.

Hubungan yang aman, baik dalam konteks keluarga, teman, atau pasangan, dapat membantu individu mengatasi tantangan hidup, mengurangi stres, dan meminimalkan risiko gangguan mental, seperti kecemasan dan depresi. Dengan menciptakan

lingkungan yang penuh perhatian dan empati, kita mendukung kemampuan otak untuk berkembang secara positif melalui proses neuroplastisitas. Ini memperkuat kemampuan individu dalam mengatur emosi, berempati, serta membangun hubungan sosial yang lebih sehat.

Konsep INB juga memperluas pemahaman kita tentang pentingnya pengalaman sosial dalam pembentukan pola neurobiologis yang mendukung kesejahteraan. Melalui interaksi yang aman, otak mengatur proses kimiawi dan strukturalnya untuk memfasilitasi hubungan yang lebih baik, memperkuat ketahanan mental, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Hal ini juga membuka peluang bagi penggunaan INB dalam berbagai konteks klinis, termasuk terapi psikologis, pendidikan, dan pengembangan sosial, untuk meningkatkan interaksi interpersonal yang sehat.

Meskipun penerapan INB membawa banyak manfaat, tantangan tetap ada dalam mengubah pola hubungan yang telah lama terbentuk. Untuk itu, penting untuk meningkatkan kesadaran tentang bagaimana hubungan yang aman dapat membentuk otak dan memperbaiki kesejahteraan. Upaya berkelanjutan untuk menciptakan ruang yang penuh perhatian dan aman dapat membawa perubahan positif dalam kehidupan individu, serta memberikan dampak yang lebih luas bagi masyarakat.

Secara keseluruhan, Interpersonal Neurobiology menawarkan pendekatan yang sangat berguna dalam membangun hubungan yang lebih aman dan sehat. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara otak, emosi, dan interaksi sosial, kita dapat merancang intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional, serta memperkuat kualitas hubungan sosial di masyarakat. Penerapan prinsip-prinsip INB dapat membantu individu mengatasi tantangan psikologis, membangun keterhubungan yang lebih kuat, dan menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan otak yang sehat sepanjang hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Wahyuni, N. S. (2003). Pengembangan Test Prestasi.
- Lubis, M. R., & Hardjo, S. (2017). Hubungan Disiplin Kerja dan Penilaian Remunerasi dengan Kinerja Anggota Polri di Polres Aceh Besar.
- Panggabean, N. H. (2022). Pengaruh Psychological Well-Being dan Kepuasan Kerjaterhadap Stres Kerja Anggota Himpunan Penerjemah Indonesia (HPI) (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Munir, A., & Alfita, L. (2018). Hubungan Hardiness Dengan Coping Stress Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hardjo, S., & Siregar, N. I. (2011). Hubungan Antara Religiusitas dengan Penalaran Moral pada Remaja Siswa SMA Panca Budi.
- Hardjo, S., & Novita, E. (2021). Hubungan Komunikasi Atasan Dan Bawahan Dengan Loyalitas Karyawan PT. Mopoli Raya Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wahyuni, N. S. (2018). Hubungan Harga Diri dengan Perilaku Prososial pada Remaja Masjid di Kelurahan Denai.
- Alfita, L. (2011). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Seksual.
- Alfita, L. (2012). Hubungan Antara Motivasi Konsumen dan Keterlibatan Konsumen Terhadap Pengambilan Keputusan Pembelian.
- Minauli, I., & Alfita, L. (2015). Self-efficacy Siswa Sekolah Dasar yang Mengikuti Metode Matematika Otak Kanan.
- Wahyuni, N. S., & Siregar, F. H. (2011). Child Abuse oleh Wanita Pasca Perceraian.
- Siregar, N. I., & Siregar, F. H. (2003). Hubungan Antara Minat Wiraswasta dengan Kemampuan Siswa SMK AL-Wasliyah 3 Medan Program Studi Manajemen Bisnis Semester V Pada Mata Pelajaran Manajemen Bisnis.
- 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).
- Siregar, N. I. (2003). Perbedaan Sikap Siswa Terhadap Lembaga Pendidikan Sekolah dan Bimbingan Tes Sebagai Media Dalam Menghadapi UMPTN.
- Lubis, A. W., & Siregar, N. I. (2011). HUBLINCAN PERSEPSI CINTA DENGAN PERILAKU SEKSUAT PADA REMAJA DI KELURAHAN ASAIV KUMBANG MEDAN.
- Wahyuni, N. S., & Siregar, F. H. (2011). Child Abuse oleh Wanita Pasca Perceraian.
- Siregar, M. (2017). Analisa Pembakaran Pada Ruang Bakar Boiler Untuk Kebutuhan 30 Ton/Jam Tekanan 20 Bar Dengan Bahan Bakar Cangkang dan Fiber.
- Dewi, S. S., & Alfita, L. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Desa Paya Gambar (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Masir, H. A., & Budiman, Z. (2017). Hubungan Lingkungan Belajar Dengan Self-Regular Learning Pada Siswa SMA Negeri 2 Medan.
- Harini, S., & Setiawan, T. (2019). pengaruh keselamatan kesehatan kerja (k3) dan pengawasan kerja terhadap kinerja karyawan operasional (Studi pada PT XYZ di Bogor). Jurnal Visionida.
- 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).
- Munir, A., & Wahyuni, N. S. (2011). Perilaku Agresif pada Anak Korban Kekerasan (Child Abuse).
- Purba, A. W. D., & Budiman, Z. (2016). Hubungan Pendidikan Seks dengan Perilaku Seks Bebas pada Remaja Berpacaran di SMA Angkasa Lanud Soewondo Medan.
- Alfita, L. (2012). Gambaran Kepribadian Tangguh (Hardines Personality) Terhadap Sikap Optimisme Hidup (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Minauli, I., & Siregar, F. H. (2010). Konsep Diri pada Korban Eska (Eksplorasi Seksual Komersial Anak) (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Budimana, Z. (2016). Hubungan Antara Iklim Organisasi Dengan Produktivitas Kerja Pada Karyawan PTPN III Dusun Hulu (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Khumaizah, U., & Siregar, M. (2015). Hubungan Religiusitas dengan Pengendalian Diri pada Remaja di Desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah.

- Wahyuni, N. S. (2006). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Gaya Kepemimpinan Transformasional Dengan Komitmen Terhadap Organisasi Para Dosen Di Universitas Medan Area Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Suri, F. (2024). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial Tiktok pada Remaja di SMA Negeri 1 Medan.
- Dewi, S. S. (2019). Hubungan antara Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Putri SMA Swasta Harapan 1 Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Minauli, I., & Lubis, R. (2013). sumber daya bagi kehidupan sehari-hari, bukan tujuan dari kehidupan. Kesehatan adalah konsep yang positif menekankan sumber daya sosial dan pribadi, serta kemampuan fisik.
- Lubis, L., & Aziz, A. (2016). Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual dengan Perilaku Agresif pada Siswa Sekolah Menengah.
- Darmayanti, N., & Minauli, I. (2014). Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Religiusitas dengan Perilaku Seks Pra Nikah (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Munir, A., & Siregar, F. H. (2017). Perbedaan Kemandirian Siswa yang Mengikuti Kegiatan Pramuka dengan yang Tidak Mengikuti Kegiatan Pramuka Di SMA Negeri 1 Sinunukan.
- Munir, A., & Siregar, F. H. (2013). Perbedaan Self-Regulated Learning antara Siswa yang Tinggal di Pondok Pesantren dengan Siswa yang Tinggal di Luar Pondok Pesantren.
- Darmayanti, N., & Alfita, L. (2017). Regulasi Emosi Ditinjau Dari Suku Batak Toba dan Suku Jawa.
- 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).
- Aziz, A. (2014). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Remaja Di Sma Dharmawangsa Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Alfita, L. (2010). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku Prososial.
- Hardjo, S. (2004). Kemampuan Mengendalikan Emosi Negatif Dengan Kemampuan Memecahkan Masalah.
- Hardjo, S. (2004). Kesadaran Beragama Dalam Usaha Mengurangi Delinquency Pada Remaja.
- Hardjo, S. (2002). Perkembangan Moral Judgement Pada Remaja Siswa Siswi Kelas Unggulan dan Non Unggulan.
- Sesilia, A. P. (2015). Hubungan Antara Kompensasi dengan Loyalitas Kerja Karyawan di PT. Perkebunan Nusantara II Kebun Sei Musam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Lubis, D. M. G. S. (2016). Hubungan Kecenderungan Kepribadian Narsistik dengan Masturbasi pada Remaja.
- Siregar, N. I., & Aziz, A. (2012). Model Pendidikan Karakter di SMA Swasta Brigjen Katamsa Medan.
- Minauli, I., & Meutia, C. (2011). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Interaktif (Computer Game Online) Dengan Motivasi Belajar dan perilaku Agresif.
- Siregar, M., & Siregar, N. I. (2018). Hubungan antara Kelekatan Orang Tua pada Anak dengan Kecerdasan Emosional Remaja di SMA Kemala Bhayangkari 1 Medan.
- Hardjo, S., & Siregar, N. I. (2011). Hubungan Antara Religiusitas dengan Penalaran Moral pada Remaja Siswa SMA Panca Budi.
- Hardjo, S., & Dewi, S. S. (2024). Pengaruh Motivasi Belajar dan Self Efficacy Terhadap Kemandirian Belajar Siswa SMP Negeri 3 Pancur Batu.
- Lubis, S. A., & Hardjo, S. (2014). Hubungan Kompetensi Guru dan Motivasi Belajar dengan Prestasi Belajar Siswa SD Negeri 5 Lapang Kabupaten Aceh Utara.
- Harahap, D. P. (2021). Hubungan Konformitas Dengan Perilaku Agresif Siswa Di SMK N 2 Rambah.
- Munir, A., & Siregar, N. (2015). Perbedaan Interaksi Sosial antara Anak Sulung dan Anak Bungsu (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wahyuni, N. S. (2014). Hubungan Self-Efficacy dan Disiplin Dengan Kemandirian Belajar Siswa SMA Bina Taruna Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wahyuni, N. S., & Siregar, F. H. (2011). Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Siswa Siswi Tingkat I Akadwemi Kebidanan Pemkab Langkat (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Minauli, I., & Lubis, R. (2010). Konsep Diri Penderita Skizofrenia Setelah Rehabilitasi (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Effendy, S., & Hardjo, S. (2016). Hubungan Persepsi Iklim Organisasi dan Interaksi Atasan Bawahan (Leader Member exchange) Terhadap Organizational Behavior (OCB) Pada Pegawai Perguruan Panca Budi Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- 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). Perbedaan Kecenderungan Depresi Antara Laki-Laki dan Perempuan yang Orang Tuanya Bercerai di Kelurahan Medan Denai (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Munir, A., & Siregar, F. H. (2014). Hubungan antara Harga Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa/i Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Angkatan 2006-2009.
- Minauli, I., & Lubis, R. (2013). Resiliensi Pada Penderita Idiopathic Thrombocytopenic Purpura (ITP) (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).