Hubungan Stres dan Kesehatan Mental: Analisis Multidisipliner

TANIA PRADISYA

Abstrak

Stres merupakan respons fisiologis dan psikologis yang muncul akibat tekanan eksternal maupun internal, yang apabila berlangsung secara kronis dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan mental individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara stres dan kesehatan mental melalui pendekatan multidisipliner, mencakup perspektif psikologi, neurologi, dan sosiologi. Pendekatan ini digunakan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana stres memengaruhi fungsi kognitif, emosi, serta dinamika sosial individu. Berdasarkan studi literatur dan analisis data empiris, ditemukan bahwa paparan stres jangka panjang berkorelasi dengan peningkatan risiko gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan stres pascatrauma (PTSD). Selain itu, respons otak terhadap stres, khususnya pada sistem limbik dan prefrontal cortex, turut berkontribusi terhadap perubahan perilaku dan kemampuan regulasi emosi. Faktor-faktor sosial seperti dukungan keluarga, lingkungan kerja, dan status ekonomi juga terbukti memediasi dampak stres terhadap kesejahteraan psikologis. Artikel ini menekankan pentingnya kolaborasi antar bidang ilmu dalam merancang strategi pencegahan dan intervensi yang efektif untuk menjaga kesehatan mental di tengah tekanan hidup yang kompleks.

Kata Kunci: *stres, kesehatan mental, multidisipliner, psikologi, neurologi, sosiologi*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan aspek fundamental dalam kehidupan individu yang tidak hanya memengaruhi kesejahteraan emosional, tetapi juga berperan penting dalam produktivitas, hubungan sosial, serta kualitas hidup secara keseluruhan. Dalam konteks kehidupan modern yang semakin kompleks dan kompetitif, stres telah menjadi salah satu faktor yang paling dominan memengaruhi kesehatan mental masyarakat. Stres dapat timbul dari berbagai sumber, seperti tekanan pekerjaan, konflik interpersonal, ketidakpastian ekonomi, hingga perubahan sosial yang cepat. Ketika stres tidak dikelola dengan baik, ia berpotensi berkembang menjadi kondisi psikologis yang lebih serius, seperti gangguan kecemasan, depresi, dan gangguan stres pascatrauma (PTSD).

Meskipun fenomena stres dan dampaknya terhadap kesehatan mental telah lama menjadi perhatian dalam kajian psikologi, pendekatan yang terbatas pada satu disiplin ilmu seringkali tidak cukup untuk menjelaskan kompleksitas hubungan tersebut. Oleh karena itu, pendekatan multidisipliner menjadi penting untuk memberikan gambaran yang lebih menyeluruh. Pendekatan ini mencakup kontribusi dari bidang psikologi, neurologi, dan sosiologi untuk mengkaji stres dari berbagai dimensi: mulai dari proses kognitif dan emosional individu, respons biologis otak dan sistem saraf, hingga peran lingkungan sosial dalam memperkuat atau melemahkan dampak stres.

Secara psikologis, stres dapat memengaruhi pola pikir, persepsi, dan emosi individu. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan tingkat stres tinggi cenderung mengalami penurunan dalam kemampuan kognitif, seperti memori dan konsentrasi. Dari sudut pandang neurologi, stres kronis terbukti memengaruhi struktur dan fungsi otak, khususnya pada bagian-bagian yang mengatur emosi dan pengambilan keputusan, seperti amigdala, hippocampus, dan prefrontal cortex. Sementara itu, dalam perspektif sosiologis, faktor-faktor seperti keterasingan sosial, ketidaksetaraan ekonomi, dan lemahnya dukungan sosial berkontribusi besar dalam memperburuk efek stres terhadap kesehatan mental.

Di Indonesia, kesadaran akan pentingnya kesehatan mental mulai mengalami peningkatan, namun masih terdapat tantangan dalam hal stigma, keterbatasan layanan kesehatan jiwa, dan kurangnya edukasi publik mengenai manajemen stres. Dalam konteks ini, pendekatan multidisipliner juga berfungsi sebagai dasar untuk merancang kebijakan dan intervensi yang lebih efektif, dengan mempertimbangkan keragaman latar belakang dan kondisi sosial masyarakat.

Latar belakang inilah yang menjadi dasar penting bagi kajian ini untuk menggali lebih dalam hubungan antara stres dan kesehatan mental dengan menggunakan lensa multidisipliner. Dengan memahami keterkaitan ini secara komprehensif, diharapkan

dapat ditemukan strategi pencegahan dan penanganan yang lebih adaptif dan integratif, baik pada tingkat individu maupun komunitas.

Pembahasan

Hubungan antara stres dan kesehatan mental merupakan topik yang kompleks dan saling berkaitan secara dinamis. Untuk memahami hubungan ini secara lebih menyeluruh, diperlukan pendekatan multidisipliner yang melibatkan berbagai perspektif keilmuan. Dalam pembahasan ini, kajian akan dibagi menjadi tiga bagian utama: (1) perspektif psikologis, (2) perspektif neurologis, dan (3) perspektif sosiologis, yang saling melengkapi dalam menjelaskan dampak stres terhadap kesehatan mental.

1. Perspektif Psikologis

Dalam psikologi, stres dipahami sebagai reaksi individu terhadap tekanan lingkungan yang dirasa melampaui kapasitas adaptifnya. Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan stres sebagai hubungan khusus antara individu dan lingkungannya yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki. Stres bisa bersifat akut (jangka pendek) maupun kronis (jangka panjang). Respons terhadap stres dapat mencakup reaksi emosional seperti kecemasan, kemarahan, atau ketakutan, yang apabila tidak terkelola dapat berkembang menjadi gangguan psikologis seperti depresi dan gangguan kecemasan umum (GAD).

Salah satu aspek penting dalam psikologi stres adalah **coping mechanism** atau strategi koping. Individu yang memiliki strategi koping adaptif, seperti pemecahan masalah, dukungan sosial, dan relaksasi, cenderung memiliki ketahanan psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, penggunaan strategi koping maladaptif seperti penyangkalan, penyalahgunaan zat, atau penghindaran hanya akan memperburuk kondisi stres dan memperbesar risiko gangguan mental. Oleh karena itu, edukasi terkait strategi koping menjadi bagian penting dalam upaya pencegahan gangguan kesehatan mental.

2. Perspektif Neurologis

Dari sudut pandang neurologi, stres berkaitan erat dengan respons biologis tubuh terhadap ancaman yang dirasakan, yang dikenal sebagai **respons fight-or-flight**. Respons ini diatur oleh sistem saraf simpatik dan sistem endokrin, khususnya **poros hipotalamus-hipofisis-adrenal (HPA axis)**. Ketika seseorang mengalami stres, hipotalamus merangsang pelepasan hormon kortikotropin yang kemudian memicu sekresi hormon kortisol dari kelenjar adrenal. Kortisol yang dilepaskan berfungsi untuk membantu tubuh menghadapi situasi stres, namun paparan jangka panjang terhadap kortisol dalam jumlah tinggi memiliki efek merugikan terhadap otak dan tubuh.

Penelitian menunjukkan bahwa stres kronis dapat menyebabkan **kerusakan pada hippocampus**, bagian otak yang berperan dalam memori dan pembelajaran. Selain itu,

amigdala, yang bertanggung jawab terhadap pengolahan emosi seperti ketakutan dan kecemasan, menjadi lebih reaktif terhadap stres, yang berkontribusi pada munculnya gejala kecemasan. Sementara itu, **prefrontal cortex** yang bertanggung jawab atas pengambilan keputusan dan pengendalian impuls cenderung mengalami penurunan fungsi akibat stres berkepanjangan.

Imbas biologis tersebut menjelaskan mengapa stres kronis dapat menurunkan kemampuan seseorang dalam berpikir jernih, membuat keputusan rasional, dan mengatur emosi. Ini memperkuat bukti bahwa stres tidak hanya merupakan kondisi psikologis, tetapi juga kondisi neurologis yang memiliki dampak fisiologis nyata terhadap struktur dan fungsi otak.

3. Perspektif Sosiologis

Sosiologi melihat stres sebagai hasil interaksi antara individu dan lingkungannya. Faktor-faktor seperti kemiskinan, ketidaksetaraan gender, diskriminasi, kekerasan, dan lemahnya jaringan sosial dapat menjadi pemicu stres berkepanjangan. Lingkungan sosial yang menekan dapat memperbesar beban mental yang dirasakan individu dan memperkecil peluang untuk mendapatkan dukungan yang memadai.

Sebagai contoh, seseorang yang bekerja dalam kondisi kerja yang toksik, memiliki beban kerja berlebih, dan tidak mendapatkan pengakuan atau dukungan dari rekan kerja maupun atasan, akan lebih rentan mengalami stres. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus tanpa intervensi, individu tersebut bisa mengalami **burnout**, yaitu kondisi kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi, yang telah dikaitkan secara kuat dengan gangguan kesehatan mental.

Salah satu temuan penting dalam kajian sosiologis adalah pentingnya **dukungan sosial** sebagai pelindung terhadap dampak negatif stres. Kehadiran keluarga, teman, atau komunitas yang suportif dapat memperkuat daya tahan mental dan memberikan ruang aman untuk berbagi emosi dan mencari solusi. Di sisi lain, **stigma sosial terhadap gangguan mental** masih menjadi hambatan besar dalam upaya penanganan stres. Banyak individu yang mengalami tekanan psikologis enggan mencari bantuan profesional karena takut dinilai lemah atau tidak normal oleh masyarakat.

Sinergi Antar Disiplin dan Implikasi Praktis

Pendekatan multidisipliner memungkinkan pemahaman yang lebih integratif mengenai dampak stres terhadap kesehatan mental. Dari sini, dapat dirancang intervensi yang tidak hanya berfokus pada individu, tetapi juga melibatkan keluarga, institusi, dan kebijakan publik. Misalnya, dari sisi psikologi, konseling dan terapi kognitif-perilaku (CBT) dapat membantu individu mengembangkan strategi koping yang sehat. Dari aspek neurologi, intervensi berbasis mindfulness, olahraga teratur, dan manajemen tidur dapat membantu menurunkan kadar kortisol dan meningkatkan fungsi otak. Sedangkan dari

perspektif sosiologis, penting untuk membangun sistem pendukung sosial, mengurangi stigma terhadap kesehatan mental, dan menciptakan lingkungan kerja serta pendidikan yang ramah kesehatan jiwa.

Di Indonesia, pendekatan ini dapat diterapkan melalui peningkatan literasi kesehatan mental di sekolah-sekolah, pelatihan manajemen stres di tempat kerja, serta perluasan akses layanan kesehatan jiwa di puskesmas dan klinik. Kolaborasi antara psikolog, psikiater, pekerja sosial, dan tokoh masyarakat akan menjadi kunci dalam membangun ekosistem yang mendukung kesehatan mental yang berkelanjutan.

Kesimpulan

Stres merupakan fenomena yang tak terhindarkan dalam kehidupan manusia, terutama di tengah dinamika sosial, ekonomi, dan teknologi yang terus berkembang. Kajian ini menunjukkan bahwa stres memiliki hubungan yang erat dan kompleks dengan kesehatan mental, yang tidak dapat dipahami secara utuh hanya melalui satu pendekatan keilmuan. Pendekatan multidisipliner yang menggabungkan perspektif psikologi, neurologi, dan sosiologi memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana stres memengaruhi kondisi mental seseorang, baik secara kognitif, emosional, fisiologis, maupun sosial.

Dari sisi psikologis, stres berdampak langsung pada keseimbangan emosi dan pola pikir individu, terutama jika tidak diimbangi dengan strategi koping yang adaptif. Dari sisi neurologis, stres kronis dapat memengaruhi struktur dan fungsi otak, meningkatkan kerentanan terhadap gangguan mental seperti depresi dan kecemasan. Sementara itu, faktor-faktor sosial seperti dukungan lingkungan, kondisi ekonomi, dan keberadaan stigma turut memengaruhi seberapa besar dampak stres terhadap kesejahteraan psikologis individu.

Oleh karena itu, intervensi yang efektif dalam menghadapi dampak stres terhadap kesehatan mental harus melibatkan pendekatan lintas disiplin, yang tidak hanya fokus pada aspek individu, tetapi juga memperhatikan lingkungan sosial dan sistem pendukungnya. Edukasi masyarakat, peningkatan akses layanan kesehatan mental, serta penguatan jejaring sosial menjadi komponen penting dalam strategi pencegahan dan penanganan stres.

Melalui pemahaman yang lebih menyeluruh dan kolaboratif, diharapkan masyarakat dapat lebih siap dalam mengelola stres dan menjaga kesehatan mental secara berkelanjutan, sehingga mampu berfungsi secara optimal baik secara pribadi maupun sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Metia, C., & Budiman, Z. (2014). Hubungan antara Persepsi Tentang Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) dengan Kinerja Karyawan di PT. Safindo Raya (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- 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).
- Wahyuni, N. S. (2003). Hubungan Antara Karakteristik Pekerjaan Dengan Keikatan Karyawan Terhadap Perusahaan.
- Hardjo, S. (2008). Hubungan Antara Efektivitas Fungsi Bimbingan dan Konseling Dengan Persepsi Siswa Terhadap Bimbingan Dan Konseling di SMP Swasta Tunas Karya Batang Kuis.
- Dalimunthe, H. A. (2022). Hubungan Antara Kepuasan Kerja Dengan Loyalitas Kerja Pada Anggota Polri Di Kantor Samsat Sumatera Utara (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Minauli, I., & Siregar, F. H. (2010). Konsep Diri pada Korban Eska (Eksplotasi Seksual Komersial Anak) (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wahyuni, N. S. (2017). Hubungan Konsep Diri Dengan Perilaku Konsumtif Dalam Pembelian Iphone Pada Siswa SMA Harapan 1 Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Lubis, S. A., & Aziz, A. (2014). Hubungan Dukungan Orang Tua dan Religiusitas dengan Pembinaan Akhlak Siswa SMA Negeri 1 Pante Bidari Kabupaten Aceh Timur.
- Purba, A. D., & Dewi, S. S. (2014). Perbedaan Perilaku Agresif ditinjau dari Tipe Kepribadian AB pada Siswa SMA Sinar Husni Medan.
- Masir, H. A., & Budiman, Z. (2017). Hubungan Lingkungan Belajar Dengan Self-Regular Learning Pada Siswa SMA Negeri 2 Medan.
- Siregar, M., & Siregar, N. I. (2018). Hubungan antara Kelekatan Orang Tua pada Anak dengan Kecerdasan Emosional Remaja di SMA Kemala Bhayangkari 1 Medan.
- Siregar, N. I. (2002). Hubungan Antara Pelaksanaan Konsep Belajar Tuntas Terhadap Keberhasilan Proses Belajar Mengajar.
- Wahyuni, N. S. (2004). Hubungan Antara Prasangka Dengan Tingkah Laku Agresi Pada Siswa Yang Terlibat Tawuran.
- Hardjo, S., & Siregar, M. (2005). Hubungan Antara Rasa Cemburu kepada Saudara Sekandung dengan Konflik Internal pada Siswa-Siswi SLTP Yayasan Perguruan Gajah Mada (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Siregar, E. S., Budiman, Z., & Novita, E. (2013). Buku Pedoman Kegiatan Praktikum di Laboratorium Psikologi.
- Hardjo, S. (2004). Kemampuan Mengendalikan Emosi Negatif Dengan Kemampuan Memecahkan Masalah.
- Damayanti, N., & Siregar, F. H. (2014). Hubungan Antara Perubahan Fisik Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Awal di Desa Tami Delem Tekengon Kabupaten Aceh Tengah (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Sulistyaningsih, W., & Aziz, A. (2016). Hubungan Iklim Sekolah dan Motivasi Berprestasi dengan Kebiasaan Belajar pada Siswa MTS Al-Halim Sipogu.
- Darmayanti, N., & Wahyuni, N. S. (2006). Kreativitas Siswa Ditinjau Dari Penerapan Kurikulum Berbasis Kompetensi Studi Perbandingan Antara SMA Al Azhar Dengan Pesantren Ar Raudhatul Hasanah Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hardjo, S. (2021). Studi Identifikasi Faktor Penyebab Stres Akademik Pada Siswa SMA Swasta Budisatrya Medan.
- Lubis, A. W., & Siregar, N. I. (2010). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Pengelolaan Kelas dengan Minat Belajar Siswa Kelas V dan VI di SD Taman Harapan Medan.
- Hardjo, S. (2010). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Penalaran Moral Remaja di Kelurahan Bandar Khalipah Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hardjo, S. (2000). Penyesuaian Diri Remaja Ditinjau Dari Etnik Batak dan Etnik Jawa.
- Wahyuni, N. S. (2017). Psikologi Pendidikan.
- Panggabean, N. H. (2022). Pengaruh Psychological Well-Being dan Kepuasan Kerjaterhadap Stres Kerja Anggota Himpunan Penerjemah Indonesia (HPI) (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Milfayetty, S., & Siregar, N. I. (2017). Model Creative Art dalam Bermain Clay untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Halus dan Kemandirian Anak Usia 4-5 Tahun.
- Siregar, M. (2009). Kontrak Psikologis pada Tingkat Middle Manager.
- Dalimunthe, H. A. (2018). Studi Identifikasi Faktor Kecanduan Internet di Sekolah Menengah Pertama Negeri Satu Bandar Kab. Bener Meriah (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

- Hardjo, S. (2002). Hubungan Antara Konsep Moral Dengan Disiplin Kerja pada Pegawai Dinas Pendapatan Daerah Kota Medan.
- 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).
- Harahap, D. P. (2023). Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter dengan Kepercayaan Diri Remaja Generasi Z di Kelurahan Kota Matsum I Medan.
- Nilawati, N., & Wahyuni, N. S. (2003). Persepsi Terhadap Iklim Organisasi Dengan Persepsi Terhadap Pengembangan Karir Pada Perawat Rumah Sakit Sri Ratu Medan.
- Hardjo, S., & Sutriani, H. (2002). Perbedaan Persepsi Terhadap Pendidikan Seks Remaja di Sekolah Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Siswa-Siswi Sekolah Menengah Umum Negeri 9 Medan.
- Siregar, E. S., Budiman, Z., & Novita, E. (2013). Buku Pedoman Kegiatan Praktikum di Laboratorium Psikologi.
- Hardjo, S., & Siregar, N. I. (2011). Hubungan Antara Religiusitas dengan Penalaran Moral pada Remaja Siswa SMA Panca Budi.
- Azis, A., & Hasmayni, B. (2011). Hubungan antara Pemenuhan Kebutuhan Psikologis dengan Perilaku Agresif di SMP Perguruan Kebangsaan Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Purba, A. W. D., & Siregar, M. (2011). Gambaran Kecemasan Pasca Kecelakaan Kerja pada Awak Mobil Tangki PT. Pertamina (Persero) Region I Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Siregar, F. H., & Dalimunthe, H. A. (2018). Hubungan antara Religiusitas dengan Penalaran Moral Siswa Kelas VIII MTSN 2 Bener Meriah.
- Lubis, R., & Hasmayni, B. (2012). Peran Ganda pada Ibu yang Bestatus Single Parent (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Lubis, L., & Aziz, A. (2016). Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual dengan Perilaku Agresif pada Siswa Sekolah Menengah.
- Azis, A., & Hasmayni, B. (2011). Hubungan antara Pemenuhan Kebutuhan Psikologis dengan Perilaku Agresif di SMP Perguruan Kebangsaan Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Chandra, A., & Dalimunthe, H. A. (2019). Study Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Peran Orang Tua pada Akhlak dalam Mendidik Anak Usia Dini (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Khuzaimah, U. (2009). Teknik Pengamatan Perkembangan Anak.
- Siregar, F. H., & Dalimunthe, H. A. (2018). Hubungan antara Religiusitas dengan Penalaran Moral Siswa Kelas VIII MTSN 2 Bener Meriah.
- Siregar, F. H. (2000). Kondisi Kerja Fisik dan Stres Kerja Pada Karyawan.
- Azis, A. (2022). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMP Satu Atap UPT XV Buluh Carak Kota Subulussalam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Siregar, N. I. (2003). Perbedaan Sikap Siswa Terhadap Lembaga Pendidikan Sekolah dan Bimbingan Tes Sebagai Media Dalam Menghadapi UMPTN.
- 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).
- Khuzaimah, U. (2009). Dampak Pengobatan Terhadap Anak Penderita Leukemia.
- Wahyuni, N. S., & Budiman, Z. (2013). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Motivasi Belajar Siswa di Pesantren Ar-Raudhatul hasanah Paya Bundung Medan.
- Hardjo, S. (2000). Pemilihan Warna Ditinjau Dari Tipe Kepribadian.
- Minauli, I., & Azis, A. (2014). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa.
- Alfita, L. (2019). Perbedaan Coping Stress Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Penderita Kanker (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Dewi, S. S. (2012). Konsep Diri Menurut Psikologi Kognitif.
- Alfita, L., & Munir, A. (2016). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Diri Istri Terhadap Mertua (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Lubis, M. R., & Wahyuni, N. S. (2004). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Penerapan Kurikulum Berbasis Kompetensi Dengan Sikap Kritis Pada Siswa SMP Methodis 4 Medan.
- Dewi, S. S., & Alfita, L. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Desa Paya Gambar (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Purba, A. W. D., & Wahyuni, N. S. (2021). Hubungan Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Pengguna Make Up Pada Siswi SMK Negeri 8 Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

- Siregar, F. H., Oentari, D., & Damayanti, N. (2013). Kepuasan Hidup Relawan Leo Club Ditinjau dari Kepribadian Big Five.
- Khuzaimah, U. (2014). Profil Thematic Apperception Test (TAT) Anak Korban Kekerasan Seksual.
- Khuzaimah, U., & Alfita, L. (2016). Pengambilan Keputusan Pada Dewasa yang Melakukan Konversi Agama (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- 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).
- Dewi, A. H. (2017). Hubungan Lingkungan Kerja Fisik dengan Kepuasan Kerja Perawatan di RSU Haji Medan.
- Meutia, C., & Dewi, S. S. (2017). Hubungan antara Komunikasi Interpersonal dengan Keharmonisan Keluarga pada Istri yang Bekerja sebagai Karyawan di Kecamatan Medan Petisah.
- Ummu, K. (2016). Model Penanganan Dampak Psikologis Kekerasan Seksual Terhadap Anak.
- Siregar, N. I., & Aziz, A. (2012). Model Pendidikan Karakter di SMA Swasta Brigien Katamso Medan.
- Alfita, L. (2011). Kesadaran Beragama Dengan Kecenderungan Perilaku Altruistik Pada Remaja.
- Novita, E. (2012). Hubungan antara Harga Diri dan Kesadaran Beragama dengan Penalaran Moral pada Mahasiswa Semester II Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Wahyuni, N. S. (2004). Hubungan Antara Stress Kerja Dengan Motivasi Aktualisasi Diri Karyawan.
- Siregar, F. H., & Siregar, N. I. (2003). Perbedaan Kemampuan Belajar Berhitung Anak di Tinjau dari Murid yang Berasal Dari Taman Kanak-Kanak Pada Murid Sekolah Dasar Negeri No. 101736 Kecamatan Medan Sunggal.
- 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.
- Alfita, L. (2012). Hubungan Antara Motivasi Konsumen dan Keterlibatan Konsumen Terhadap Pengambilan Keputusan Pembelian.
- Minanti, A., & Siregar, N. I. (2016). Hubungan Pola Asuh Demokratis dan Interaksi Sosial dengan Kemandirian Siswa di SMA Sinar Husni Helvetia.
- Purba, A. W. D., & Alfita, L. (2015). Peran Dukungan Sosial Pada Gay Dalam Membentuk Keluarga (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Dewi, A. H. (2017). Hubungan Lingkungan Kerja Fisik dengan Kepuasan Kerja Perawatan di RSU Haji Medan.
- Wahyuni, N. S., & Hasmayni, B. (2010). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Kerja dalam Menghadapi Mutasi pada Anggota Satuan Pengendalian Masa Polda Sumatera Utara (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).