Implementasi Psikologi dalam Kehidupan Sehari-hari: Tinjauan Teoritis

F. AYA DHANIATY WUTAMI

Abstrak

Psikologi sebagai ilmu yang mempelajari perilaku dan proses mental manusia memiliki peran penting dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari. Artikel ini bertujuan untuk meninjau secara teoritis bagaimana konsep-konsep dasar psikologi diimplementasikan dalam konteks kehidupan sehari-hari, mulai dari pengambilan keputusan, interaksi sosial, hingga manajemen emosi. Melalui pendekatan kualitatif berbasis studi pustaka, pembahasan difokuskan pada teori-teori psikologi utama seperti behaviorisme, kognitivisme, psikoanalisis, humanistik, dan psikologi positif. Masing-masing teori menawarkan pemahaman yang berbeda tentang bagaimana individu berpikir, merasa, dan bertindak dalam kehidupan sosial maupun personal. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa pemahaman psikologis dapat membantu individu mengelola stres, membangun hubungan interpersonal yang sehat, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Selain itu, penerapan psikologi dalam konteks pendidikan, pekerjaan, dan keluarga memberikan kontribusi signifikan terhadap kesejahteraan mental dan emosional. Dengan memahami prinsip-prinsip psikologi secara teoritis, individu memiliki bekal untuk merefleksikan perilaku serta meningkatkan kesadaran diri. Artikel ini diharapkan dapat menjadi referensi awal dalam memahami peran praktis psikologi serta mendorong eksplorasi lebih lanjut terhadap penerapan teori psikologi dalam konteks nyata kehidupan.

Kata Kunci: *psikologi, teori psikologi, kehidupan sehari-hari, perilaku, kesejahteraan mental*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Psikologi merupakan disiplin ilmu yang mempelajari perilaku manusia serta proses mental yang mendasarinya, mencakup aspek kognitif, emosional, dan sosial. Dalam perkembangannya, psikologi tidak hanya terbatas pada kajian teoritis di ruang akademik, tetapi juga memiliki implikasi yang luas dalam kehidupan sehari-hari. Setiap individu, baik disadari maupun tidak, menggunakan prinsip-prinsip psikologi dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar, membuat keputusan, serta menghadapi berbagai dinamika emosional dan sosial. Oleh karena itu, memahami psikologi secara teoritis memberikan dasar yang kuat dalam menginterpretasikan dan mengelola pengalaman hidup secara lebih adaptif dan reflektif.

Implementasi psikologi dalam kehidupan sehari-hari dapat dilihat dari berbagai contoh konkret. Dalam konteks pendidikan, misalnya, teori behaviorisme berperan dalam membentuk perilaku belajar melalui sistem reward dan punishment. Di tempat kerja, pemahaman tentang motivasi dan kepuasan kerja yang berasal dari teori humanistik dan psikologi positif membantu manajer menciptakan lingkungan kerja yang produktif dan suportif. Dalam hubungan interpersonal, teori kepribadian dan teori perkembangan sosial dapat memberikan wawasan mengenai dinamika komunikasi, konflik, dan keterikatan emosional. Bahkan dalam aktivitas sederhana seperti berbelanja atau memilih media hiburan, teori kognitif memainkan peran penting dalam mempengaruhi persepsi, penilaian, dan pengambilan keputusan.

Meskipun kontribusi psikologi dalam kehidupan sehari-hari sangat luas, masih banyak individu yang kurang menyadari pentingnya pemahaman psikologis dalam kehidupan personal dan sosial mereka. Hal ini disebabkan oleh minimnya literasi psikologi di kalangan masyarakat umum serta persepsi bahwa psikologi hanya relevan bagi kalangan akademisi atau profesional kesehatan mental. Padahal, dengan pendekatan yang tepat, teori-teori psikologi dapat diakses dan diaplikasikan secara praktis oleh siapa saja untuk meningkatkan kualitas hidup, memperbaiki relasi sosial, serta mengembangkan potensi diri secara optimal.

Urgensi kajian ini menjadi semakin relevan dalam era modern yang ditandai oleh kompleksitas sosial, tekanan hidup yang tinggi, dan perubahan psikososial yang cepat. Dalam konteks ini, psikologi menjadi alat penting untuk membantu individu menavigasi tantangan-tantangan kehidupan dengan lebih sadar dan terarah. Melalui tinjauan teoritis terhadap berbagai aliran utama dalam psikologi—seperti behaviorisme, kognitivisme, psikoanalisis, humanistik, dan psikologi positif—artikel ini bertujuan untuk memberikan pemahaman menyeluruh mengenai bagaimana prinsip-prinsip psikologi tersebut dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari secara nyata.

Dengan demikian, artikel ini tidak hanya menawarkan landasan teoritis, tetapi juga menekankan relevansi praktis psikologi dalam mendukung kesejahteraan individu dan masyarakat. Harapannya, kajian ini mampu meningkatkan kesadaran akan pentingnya psikologi dalam kehidupan personal dan sosial serta mendorong penerapan nilai-nilai psikologis secara lebih luas dan terintegrasi.

Pembahasan

Psikologi sebagai ilmu tentang perilaku dan proses mental manusia memiliki cakupan luas dalam aplikasinya terhadap kehidupan sehari-hari. Melalui berbagai pendekatan teoritis, psikologi memberikan pemahaman mendalam tentang bagaimana individu berpikir, merasa, dan bertindak dalam konteks sosial maupun pribadi. Pembahasan ini akan menguraikan implementasi teori-teori psikologi utama — behaviorisme, kognitivisme, psikoanalisis, humanistik, dan psikologi positif — serta bagaimana masing-masing teori tersebut terwujud dalam aktivitas sehari-hari individu.

1. Teori Behaviorisme dalam Pembentukan Kebiasaan

Behaviorisme menekankan pentingnya perilaku yang dapat diamati dan pengaruh lingkungan dalam membentuknya. Tokoh-tokoh seperti B.F. Skinner dan John B. Watson berargumen bahwa perilaku manusia dapat dibentuk dan diubah melalui proses penguatan (reinforcement) dan hukuman (punishment). Dalam kehidupan sehari-hari, prinsip ini tampak dalam cara orang tua mendisiplinkan anak-anak mereka, guru mengelola kelas, atau manajer memberi insentif kepada karyawan.

Sebagai contoh, seorang siswa yang diberi pujian atau hadiah karena menyelesaikan tugas tepat waktu akan cenderung mengulang perilaku tersebut. Sebaliknya, jika siswa menerima konsekuensi negatif karena melanggar aturan, ia akan belajar menghindari perilaku tersebut. Pola ini juga berlaku dalam rutinitas pribadi, seperti membangun kebiasaan olahraga atau menjaga pola makan sehat. Dengan menggunakan reinforcement positif seperti memberi penghargaan pada diri sendiri setelah berolahraga, seseorang dapat membentuk kebiasaan yang lebih adaptif.

2. Teori Kognitivisme dan Pengambilan Keputusan

Kognitivisme berfokus pada proses mental internal seperti berpikir, mengingat, dan memecahkan masalah. Jean Piaget dan Albert Bandura adalah tokoh penting dalam pendekatan ini. Dalam praktik sehari-hari, teori ini terlihat jelas saat individu memproses informasi sebelum mengambil keputusan, baik dalam konteks sederhana seperti memilih makanan, maupun dalam situasi kompleks seperti merencanakan masa depan karier.

Contohnya, ketika seseorang mempertimbangkan untuk berpindah pekerjaan, ia akan menganalisis keuntungan dan kerugian, mempertimbangkan pengalaman masa lalu, dan

memperkirakan hasil di masa depan. Dalam hal ini, kognisi memainkan peran sentral dalam menilai alternatif dan merumuskan pilihan yang dianggap paling rasional.

Selain itu, teori pembelajaran sosial dari Bandura menambahkan bahwa individu juga belajar melalui observasi terhadap perilaku orang lain. Dalam konteks media sosial, misalnya, seseorang dapat terinspirasi untuk menjalani gaya hidup sehat setelah melihat figur publik atau teman-temannya mempraktikkannya secara konsisten.

3. Psikoanalisis dan Pemahaman Diri

Psikoanalisis, yang dipelopori oleh Sigmund Freud, menekankan peran alam bawah sadar, konflik intrapsikis, dan pengalaman masa lalu dalam membentuk perilaku saat ini. Meskipun pendekatan ini lebih sering digunakan dalam terapi klinis, penerapannya dalam kehidupan sehari-hari tidak dapat diabaikan.

Misalnya, seseorang yang memiliki ketakutan irasional terhadap kedekatan emosional mungkin secara tidak sadar menghindari hubungan yang intim karena pengalaman masa kecil yang traumatis. Dengan menyadari dorongan bawah sadar tersebut melalui refleksi atau konseling, individu dapat mulai memahami pola-pola perilaku yang selama ini menghambat perkembangannya.

Selain itu, mekanisme pertahanan diri (defense mechanisms) seperti represi, proyeksi, dan rasionalisasi juga sering muncul dalam keseharian. Seorang karyawan yang merasa frustrasi terhadap atasannya, namun tidak bisa mengekspresikan kemarahan secara langsung, mungkin secara tidak sadar melampiaskan emosi tersebut kepada rekan kerja atau keluarga di rumah. Pemahaman terhadap mekanisme ini memungkinkan seseorang untuk menjadi lebih sadar akan reaksi emosionalnya dan mencari cara penanganan yang lebih sehat.

4. Humanistik dan Aktualisasi Diri

Psikologi humanistik, yang dikembangkan oleh Abraham Maslow dan Carl Rogers, menekankan potensi manusia, kebebasan memilih, dan pencapaian aktualisasi diri. Dalam kehidupan sehari-hari, teori ini mendorong individu untuk mengejar makna, keaslian, dan pertumbuhan pribadi.

Piramida kebutuhan Maslow menjelaskan bahwa individu termotivasi untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti makanan dan keamanan terlebih dahulu, sebelum bergerak ke kebutuhan yang lebih tinggi seperti cinta, penghargaan, dan aktualisasi diri. Dalam konteks ini, seseorang yang telah memiliki stabilitas ekonomi mungkin mulai mencari kepuasan hidup melalui kegiatan sukarela, pencapaian tujuan pribadi, atau pengembangan spiritual.

Carl Rogers, dengan konsep "self-concept" dan "unconditional positive regard", menekankan pentingnya lingkungan yang menerima individu tanpa syarat agar pertumbuhan psikologis dapat terjadi. Ini tercermin dalam hubungan yang suportif, baik dalam keluarga maupun pertemanan, di mana seseorang merasa aman untuk mengekspresikan dirinya tanpa takut ditolak.

5. Psikologi Positif dan Kesejahteraan

Psikologi positif adalah pendekatan kontemporer yang fokus pada kekuatan individu, emosi positif, dan faktor-faktor yang mendukung kesejahteraan mental. Tokohnya seperti Martin Seligman menekankan pentingnya menjalani hidup yang bermakna dan penuh keterlibatan.

Implementasi psikologi positif dapat ditemukan dalam praktik keseharian seperti bersyukur, mindfulness, dan refleksi atas pengalaman positif. Studi menunjukkan bahwa kebiasaan mencatat hal-hal yang disyukuri setiap hari dapat meningkatkan kesejahteraan emosional dan mengurangi gejala depresi. Selain itu, kegiatan yang membangkitkan flow — seperti berkarya, bermain musik, atau berolahraga — juga menjadi cara individu merasakan kebahagiaan yang mendalam.

Pendekatan ini juga sangat berguna dalam dunia pendidikan dan organisasi, di mana strategi peningkatan kekuatan individu dan pembentukan lingkungan yang positif dapat meningkatkan motivasi dan produktivitas.

6. Integrasi Psikologi dalam Kehidupan Modern

Dalam kehidupan modern yang kompleks dan dinamis, integrasi teori-teori psikologi menjadi semakin relevan. Tantangan psikososial seperti stres pekerjaan, isolasi sosial, krisis identitas, dan tekanan media digital memerlukan pendekatan psikologis yang holistik. Menggabungkan pemahaman dari berbagai teori memungkinkan individu untuk memiliki pandangan yang seimbang antara pengaruh lingkungan (behaviorisme), proses internal (kognitivisme), dinamika intrapsikis (psikoanalisis), potensi pertumbuhan (humanistik), dan kesejahteraan emosional (psikologi positif).

Dengan demikian, psikologi tidak hanya menjadi alat diagnostik atau terapi, tetapi juga panduan untuk menjalani hidup yang lebih sadar, bermakna, dan seimbang.

Kesimpulan

Psikologi sebagai disiplin ilmiah memiliki kontribusi signifikan dalam memahami serta meningkatkan kualitas kehidupan manusia. Melalui berbagai pendekatan teoritis — mulai dari behaviorisme, kognitivisme, psikoanalisis, humanistik, hingga psikologi positif — dapat disimpulkan bahwa penerapan prinsip-prinsip psikologi dalam kehidupan sehari-hari memberikan dampak nyata terhadap cara individu berpikir, merasakan, dan

berperilaku. Setiap teori menawarkan lensa yang berbeda dalam melihat dinamika manusia, namun kesemuanya berkontribusi pada pemahaman yang lebih menyeluruh tentang bagaimana individu merespons tantangan hidup dan membentuk relasi sosial.

Dalam praktik sehari-hari, konsep-konsep psikologi digunakan secara tidak langsung dalam pengambilan keputusan, pembentukan kebiasaan, pengelolaan emosi, serta interaksi interpersonal. Individu yang memahami dasar-dasar psikologis akan lebih mampu merefleksikan perilakunya, mengelola stres, serta beradaptasi dengan perubahan lingkungan secara lebih efektif. Selain itu, pemahaman psikologi turut mendukung pembentukan lingkungan sosial yang sehat, baik di rumah, sekolah, tempat kerja, maupun masyarakat secara umum.

Oleh karena itu, peningkatan literasi psikologi di masyarakat menjadi hal yang penting agar setiap individu dapat mengakses dan menerapkan wawasan psikologis dalam kehidupannya. Dengan pendekatan yang tepat, psikologi tidak hanya menjadi alat untuk mengatasi masalah mental, tetapi juga sebagai sarana pemberdayaan diri dan pengembangan potensi manusia. Kajian teoritis ini diharapkan dapat menjadi titik awal untuk menjembatani pemahaman akademik psikologi dengan kebutuhan praktis dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Wahyuni, N. S. (2003). Proses Belajar Mengajar.
- Hardjo, S. (2008). Hubungan Antara Efektivitas Fungsi Bimbingan dan Konseling Dengan Persepsi Siswa Terhadap Bimbingan Dan Konseling di SMP Swasta Tunas Karya Batang Kuis.
- Siregar, F. H. (2018). Hubungan Keharmonisan Keluarga dengan Kenakalan pada Remaja SMA Negeri 1 Terangun.
- 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.
- Minauli, I. (2002). Diktat Kuliah Teknik Observasi Perilaku.
- Alfita, L. (2010). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku Prososial.
- 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. (2014). Hubungan antara Harga Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa/i Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Angkatan 2006-2009.
- Lubis, D. M. G. S. (2016). Hubungan Kecenderungan Kepribadian Narsistik dengan Masturbasi pada Remaja.
- Wahyuni, N. S. (2013). Hubungan Self Efficacy dengan Stres Kerja pada Wartawan Harian Metro 24 Jam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Purba, A. D., & Alfita, L. (2016). Hubungan antara Minat Membaca dengan Prestasi Belajar pada Siswa SMA Kemala Bhayangkari 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.
- 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).
- 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).
- Khuzaimah, U. (2014). Tes Inventory: EPPS & PAULI.
- Dewi, S. S. (2012). Hubungan Kualitas Kelekatan dan Kemampuan Kreatifitas.
- Siregar, M., & Siregar, N. I. (2018). Hubungan antara Kelekatan Orang Tua pada Anak dengan Kecerdasan Emosional Remaja di SMA Kemala Bhayangkari 1 Medan.
- Khuzaimah, U. (2009). Pengalaman Pindah Agama.
- 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).
- 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).
- Lubis, M. R., & Aziz, A. (2003). Hubungan Antara Bimbingan Ibu Dengan Motif Berprestasi Pada Siswa Siswi Sekolah Dasar Negeri 060843.
- Khuzaimah, U., & Alfita, L. (2016). Pengambilan Keputusan Pada Dewasa yang Melakukan Konversi Agama (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hasmayni, B., Musfirah, A., & Khuzaimah, U. (2013). Perbedaan Kemandirian yang Mengikuti Kegiatan Pramuka dengan yang Tidak Mengikuti Kegiatan Pramuka pada Siswa MAN 1 Medan.
- Alfita, L. (2012). Gambaran Kepribadian Tangguh (Hardiness Personality) Terhadap Sikap Optimisme Hidup (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Purba, A. W. D., & Budiman, Z. (2016). Hubungan Pendidikan Seks dengan Perilaku Seks Bebas pada Remaja Berpacaran di SMA Angkasa Lanud Soewondo Medan.
- Purba, A. W. D., & Dewi, S. S. (2017). Hubungan antara Word of Mouth Communication dengan Keputusan Membeli Melalui Media Internet pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Siregar, N. I., & Lubis, R. (2011). Efektifitas Metode Ceramah dan Diskusi Kelompok Terhadap Pembentukan Sikap Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi di SMA Yayasan Tunas Binjai Utara.
- Dewi, S. S. (2014). Dampak Mahar Tinggi dengan Harga Diri Pemuda Pra-Nikah Aceh.

- Hawa, S., & Siregar, N. I. (2014). Hubungan Antara Perilaku Calon Pemimpin Dengan Pengambilan Keputusan Terhadap Pemilihan Kepala Desa Periode 2015 Pada Masyarakat Desa Medan Estate.
- Lubis, S. A., & Aziz, A. (2014). Hubungan antara Konsep Diri dan Pusat Kendali (Locus of Control) dengan Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri 2 Tanah Jambo Aye Aceh Utara.
- Hardjo, S. (2004). Hubungan Antara Metode Pengajaran Dengan Kemampuan Bertanya Pada Siswa.
- Wahyuni, N. S. (2015). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Memaafkan Pada Mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Purba, A. W. (2018). Hubungan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Malaysia di Medan.
- Purba, A. D., & Dewi, S. S. (2014). Perbedaan Perilaku Agresif ditinjau dari Tipe Kepribadian AB pada Siswa SMA Sinar Husni Medan.
- Wahyuni, N. S. (2004). Hubungan Antara Prasangka Dengan Tingkah Laku Agresi Pada Siswa Yang Terlibat Tawuran.
- Hasmayni, B. (2010). Panduan Manual Praktikum Psikologi Eksperimen.
- Siregar, N. I., & Aziz, A. (2012). Model Pendidikan Karakter di SMA Swasta Brigien Katamso Medan.
- 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. (2006). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Gaya Kepemimpinan Transformasional Dengan Komitmen Terhadap Orngnisasi Para Dosen Di Universitas Medan Area Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wahyuni, N. S. (2017). Psikologi Pendidikan.
- Dewi, A. H. (2017). Hubungan Lingkungan Kerja Fisik dengan Kepuasan Kerja Perawatan di RSU Haji Medan.
- Novita, E. (2015). Test Inventory PAULI dan EPPS.
- Wahyuni, N. S., & Hasmayni, B. (2011). Coping Stres pada Wartawan.
- Hardjo, S., & Novita, E. (2021). Hubungan Komunikasi Atasan Dan Bawahan Dengan Loyalitas Karyawan PT. Mopoli Raya Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Sesilia, A. P. (2015). Hubungan Antara Kompensasi dengan Loyalitas Kerja Karyawan di PT. Perkebunan Nusantara II Kebun Sei Musam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Dewi, S. S. (2012). Konsep Diri Menurut Psikologi Kognitif.
- 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. (2016). Asesment Psikologi Interview.
- Munir, A., & Siregar, F. H. (2016). Hubungan Antara Self Efficacy dengan Kemandirian Belajar pada Siswa SMK Pertanian Pembangunan Negeri Kutacane.
- Lubis, M. R., & Hardjo, S. (2017). Hubungan Disiplin Kerja dan Penilaian Remunerasi dengan Kinerja Anggota Polri di Polres Aceh Besar.
- Supriyantini, S., & Hasmayni, B. (2013). Hubungan Antara Sikap Terhadap Pemberian Hukuman (Denda) Dengan Disiplin Belajar Mahasiswa Politeknik Negeri Medan Jurusan Teknik Elektro Program (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Dewi, S. S. (2019). Hubungan antara Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Putri SMA Swasta Harapan 1 Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Aziz, A. (2022). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Siswa SMP Satu Atap UPT XV Buluh Carak Kota Subulussalam (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Darmayanti, N., & Minauli, I. (2014). Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Religiusitas dengan Perilaku Seks Pra Nikah (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Hardjo, S., & Dewi, S. S. (2024). Pengaruh Motivasi Belajar dan Self Efficacy Terhadap Kemandirian Belajar Siswa SMP Negeri 3 Pancur Batu.
- Minauli, I. (2002). Studi Perbandingan Mengenai Pola Penanganan Kemarahan Dalam Situasi Konflik Dalam Keluarga Pada Suku Jawa Batak dan Minangkabau.
- 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. (2000). Hubungan Antara Kematangan Emosional Dengan Kemandirian Pada Mahasiswa LP3I-A Medan.
- Wahyuni, N. S. (2004). Perbedaan Jiwa Wiraswasta Pada Masyarakat Nelayan Yang Mendapat Pendidikan dan Tidak Mendapat Pendidikan Dari Lembaga Swadaya Masyarakat.

Sabila, L., Mariatin, E., & Budiman, Z. (2017). Pengaruh Persepsi Gaji dan Iklim Organisasi Terhadap Motivasi Kerja Karyawan Sekretaris di PT. Prudential Life Assurance Pruadvance Medan. Universitas Medan Area.