

Pengaruh Stres Akademik terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Merantau yang sedang Mengerjakan Skripsi

Raidah Luthfiyah Indana Zulfa, Sulisworo Kusdiyati

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*raidahliz4@gmail.com, dyati.hardiwoyo21@gmail.com

Abstract. Students who are working on their thesis often find it difficult and experience pressure. Preparing a thesis is often a source of stress, plus the situation of being away from family means that students who are working on their thesis require more adjustment. Low resilience can lead to suboptimal thesis work because students are more pessimistic about their abilities. The aim of this research was to determine the effect of academic stress on resilience in overseas students who were working on their thesis at Bandung Islamic University. The method in this research is non-experimental causality. This research was taken using an online survey data method and collected 191 overseas students who contracted a thesis at Bandung Islamic University. The data collection technique used convenience sampling and was distributed to students who were contracting their thesis at Bandung Islamic University. The measuring instruments used are SLSI (Student-Life Stress Inventory) belonging to Bernadette M. Gadzella (1991) which was adapted by Pragholapati et al., (2021) and CD-RISC (Connor-Davidson Resilience Scale) which has been adapted by Wahyudi et al., (2020). This research uses multiple linear regression analysis techniques. The results obtained in this research are that there is an influence between academic stress on resilience in the group of students who have migrated and who have not migrated who are working on their thesis at Bandung Islamic University. Apart from that, there is a significant negative influence between academic stress and resilience which has a contribution value of 55.5% for overseas students with a significant value of $0.00 < 0.05$. This means that this research means that the higher the academic stress, the lower the resilience

Keywords: *Academic Stress, Migrant Students, Resilience.*

Abstrak. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sering merasa kesulitan dan mengalami tekanan. Penyusunan skripsi sering menjadi sumber *stressor*, ditambah keadaan merantau yang jauh dari keluarga, membuat mahasiswa merantau yang sedang mengerjakan skripsi membutuhkan penyesuaian yang lebih. Rendahnya resiliensi dapat menimbulkan tidak optimalnya pengerjaan skripsi karena mahasiswa lebih pesimis terhadap kemampuannya. Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh stres akademik terhadap resiliensi pada mahasiswa merantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung. Metode pada penelitian ini yaitu kausalitas non eksperimen. Penelitian ini diambil melalui metode data survei daring dan terkumpul sebanyak 191 mahasiswa merantau yang mengontrak skripsi di Universitas Islam Bandung. Teknik pengambilan data menggunakan *convenience sampling* dan dibagikan kepada mahasiswa yang sedang mengontrak skripsi di Universitas Islam Bandung. Alat ukur yang digunakan adalah SLSI (*Student-Life Stress Inventory*) milik Bernadette M. Gadzella (1991) yang diadaptasi oleh Pragholapati et al., (2021) dan CD-RISC (*Connor-Davidson Resilience Scale*) yang sudah diadaptasi oleh Wahyudi et al., (2020). Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linear berganda. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara stres akademik terhadap resiliensi pada kelompok mahasiswa merantau dan tidak merantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung. Selain itu terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara stres akademik dengan resiliensi yang memiliki nilai kontribusi sebesar 55.5% pada mahasiswa merantau dengan nilai signifikan $0.00 < 0.05$. Artinya penelitian ini memiliki arti bahwa semakin tinggi stres akademik maka semakin rendah resiliensi

Kata Kunci: *Stres Akademik, Mahasiswa Migran, Ketahanan.*

A. Pendahuluan

Berdasarkan Peraturan Pemerintah No 60 tahun 1999, jalur pendidikan perguruan tinggi merupakan tingkat pendidikan yang lebih tinggi dimana cakupan kesulitan dan tuntutan akan jauh lebih berat dibandingkan masa sekolah [1]. Kesenjangan fasilitas akibat tidak meratanya fasilitas pendidikan membuat mahasiswa termotivasi untuk pergi meninggalkan daerah asalnya untuk merantau. Menurut informasi yang dipublikasi oleh Kementerian Sains, Teknologi, dan Pendidikan tahun ajaran 2017, daerah yang sangat diminati oleh mahasiswa adalah daerah Yogyakarta, Jawa Timur, Jawa Barat, Jawa Tengah, dan DKI Jakarta.

Terdapat dua alasan mengapa seseorang memutuskan untuk merantau, yaitu faktor internal yang bersumber dari diri sendiri dan faktor eksternal yang berasal dari luar yang memotivasi seseorang untuk merantau [2]. Mahasiswa rantau memiliki kemungkinan rentan untuk mengalami kesehatan mental dan kesejahteraan yang lebih buruk saat belajar di luar daerah asal mereka. Hal ini terjadi karena adanya tantangan secara psikososial dan akademik.

Mahasiswa rantau memiliki masalah yang lebih rumit dibandingkan mahasiswa yang tinggal di daerah asalnya. Hal ini dilihat dari tingkat kecemasan mahasiswa rantau yang sangat tinggi. Hal tersebut disebabkan dari kurangnya kepercayaan diri dan persepsi mereka yang merasa bahwa orang terdekat tidak memberikan dukungan atau perhatian yang cukup [3]. Minimnya bantuan keluarga dalam pemecahan masalah bagi mahasiswa rantau juga merupakan tantangan yang harus dihadapi oleh mereka [4]. Pada mahasiswa rantau, resiliensi merupakan salah satu faktor yang dapat mempermudah penyesuaian diri seseorang [5].

Di Indonesia sendiri tingkat stres pada mahasiswa berada pada kisaran 36,7-71,6% [6]. Menurut Govaerst dan Gregoire [7] setiap semester meningkat, maka tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa juga meningkat. Mahasiswa perlu memiliki resiliensi yang tinggi untuk dapat membantu beradaptasi dengan masalah yang sedang mereka hadapi agar dapat bangkit kembali. Resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi stres yang dapat membantu seseorang mengembangkan keterampilan ketika dihadapkan pada situasi yang menantang [8]. Resiliensi dapat membantu penyesuaian seseorang ketika dihadapkan pada situasi stres, kesulitan atau adanya perubahan [9]. Resiliensi juga dapat membantu mahasiswa rantau dalam menghadapi permasalahan jauh dari daerah asalnya untuk membantu penyesuaian [10]. Mahasiswa dengan tingkat resiliensi yang tinggi akan lebih kompeten dalam menghadapi sumber stres agar dapat mencapai tujuan [11]. Tingkat resiliensi yang tinggi dapat mempengaruhi tingkat depresi, kecemasan, dan stres menjadi lebih rendah [12].

Pada penelitian Subhan et al [13] ditemukan bahwa mahasiswa tingkat sarjana memiliki resiliensi yang rendah. Selain itu, pada penelitian Leask dan Carrol [14] dikemukakan bahwa mahasiswa rantau merupakan mahasiswa yang pasif dan enggan untuk berpartisipasi dalam akademik dan kegiatan sosial sehingga mereka mengalami kesulitan untuk berkembang. Hal ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian Teranishi dan Hannigan [15], mahasiswa rantau memiliki tingkat resiliensi yang tinggi karena mereka bisa melewati fase penyesuaian dan adaptasi yang baik terutama pada perbedaan secara budaya di tempat mereka merantau.

Sebagai mahasiswa, sumber stres pada mahasiswa dapat berasal dari tuntutan secara akademis maupun psikologis [16]. Mahasiswa yang sudah berada di tingkat akhir dituntut untuk mengerjakan skripsi sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana [17]. Bagi sebagian mahasiswa tingkat akhir, pengerjaan skripsi membuat mereka stres [18]. Stres merupakan suatu kondisi yang dialami individu ketika ada sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya [19]. Stres yang diakibatkan karena tuntutan akademik disebut dengan stress akademik. Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, stres akademik dapat mempengaruhi perilaku sehari-hari mulai dari perasaan malas mengerjakan skripsi, tidak minat dalam penyelesaian revisi skripsi karena rasa stres yang dihadapi sehingga hal tersebut mempengaruhi pengerjaan skripsi.

Dari latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: "Apakah terdapat pengaruh pada stres akademik terhadap resiliensi pada mahasiswa merantau yang sedang mengerjakan skripsi?". Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini diuraikan sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui gambaran stres akademik pada mahasiswa merantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung.
2. Untuk mengetahui gambaran resiliensi pada mahasiswa merantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung.
3. Untuk mengetahui pengaruh stres akademik terhadap resiliensi pada mahasiswa merantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung.

B. Metodologi Penelitian

Peneliti menggunakan metode teknik analisis *non-probability sampling* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah mahasiswa mengontrak skripsi yang merantau di Universitas Islam Bandung yang berjumlah 1.109 siswa.

Dengan teknik pengambilan sampel yaitu *Convenience Sampling* diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 191 mahasiswa merantau. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknis analisis regresi linear berganda.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pengaruh Stres Akademik (X) terhadap Resiliensi (Y) pada Mahasiswa Merantau yang Sedang Mengerjakan Skripsi

Berikut adalah penelitian mengenai pengaruh antara stress akademik terhadap resiliensi, yang diuji menggunakan teknik analisis regresi linear berganda. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel.

Tabel 1. Uji F Simultan Hasil Hipotesis Uji F Mahasiswa Merantau

| ANOVA ^a | | | | | | |
|--------------------|-------------------|-----------------------|-----|--------------------|---------|-------|
| Model | | <i>Sum of Squares</i> | df | <i>Mean Square</i> | F | Sig. |
| 1 | <i>Regression</i> | 22623.735 | 2 | 11311.867 | 117.170 | 0.000 |
| | <i>Residual</i> | 18149.921 | 188 | 96.542 | | |
| | Total | 40773.656 | 190 | | | |

Sumber: Hasil Pengolahan Data Menggunakan SPSS 23, 2023.

Berdasarkan tabel 1, diperoleh nilai Sig. 0.000 lebih kecil dari taraf signifikan 0.05 pada kelompok mahasiswa yang merantau. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Stressor Akademik dan Reaksi terhadap Stressor Akademik (Stress Akademik) secara simultan terhadap variabel Resiliensi pada kelompok mahasiswa yang merantau.

Tabel 2. Uji Koefisien Determinasi Uji Koefisien Determinasi Mahasiswa Merantau

| <i>Model Summary</i> | | | | |
|----------------------|-------------------|-----------------|--------------------------|-----------------------------------|
| Model | R | <i>R Square</i> | <i>Adjusted R Square</i> | <i>Std. Error of the Estimate</i> |
| 1 | .745 ^a | .555 | .550 | 9.82559 |

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, pada kelompok mahasiswa yang merantau terlihat bahwa besarnya pengaruh antara variabel stres akademik terhadap resiliensi sebesar 55.5%. Maka dari itu sebanyak 44.5% sisanya merupakan pengaruh yang diberikan oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Tabel 3. Hasil Koefisien Determinasi Secara Parsial

| Aspek Stress Akademik | <i>Standardized Coefficient</i> | <i>Correlations</i> | Total Pengaruh (%) |
|-----------------------------------|---------------------------------|---------------------|---------------------------|
| | B | <i>Zero-order</i> | |
| Stressor Akademik | -0.502 | -0.706 | 35.44% |
| Reaksi terhadap Stressor Akademik | -0.313 | -0.640 | 20.03% |

Berdasarkan hasil dari perhitungan yang dilakukan, dapat dilihat bahwa aspek yang memberikan pengaruh paling besar terhadap resiliensi pada mahasiswa merantau adalah Stressor Akademik dengan pengaruh sebesar 35.44%, sedangkan aspek yang memberikan pengaruh paling rendah adalah Reaksi terhadap Stressor Akademik dengan pengaruh sebesar 20.03%.

Tabel 4. Kategori Stres Akademik dan Resiliensi Mahasiswa Merantau

| Jenis Kelamin | Stres Akademik | | Resiliensi | |
|-----------------|----------------|--------------|--------------|-------------|
| | Rendah | Tinggi | Rendah | Tinggi |
| Laki-Laki | 14 (7.33%) | 86 (45.02%) | 90 (47.36%) | 10 (5.26%) |
| Perempuan | 17 (8.9%) | 74 (38.74%) | 56 (29.47%) | 35 (18.42%) |
| Usia | | | | |
| 21 | 18 (33.96%) | 36 (67.92%) | 34 (64.15%) | 20 (37.73%) |
| 22 | 16 (27.11%) | 40 (67.79%) | 42 (71.18%) | 17 (29%) |
| 23 | 6 (15%) | 36 (90%) | 36 (90%) | 5 (12.5%) |
| 24 | 6 (15.38%) | 33 (84.61%) | 35 (89.74%) | 4 (10.25%) |
| Semester | | | | |
| 6 | - | - | - | - |
| 7 | - | 2 (100%) | 2 (100%) | - |
| 8 | 40 (24.24%) | 125 (75.75%) | 124 (75.11%) | 41 (24.84%) |
| 10 | 4 (16.66%) | 20 (83.33%) | 20 (83.3%) | 4 (16.66%) |

Berdasarkan tabel 4, mahasiswa yang merantau dengan jenis kelamin laki-laki memiliki tingkat persentase stres akademik yang lebih tinggi sebesar 45.02% dibandingkan perempuan dengan persentase 38.74%.

Mahasiswa yang merantau memiliki tingkat resiliensi yang rendah. Persentase mahasiswa laki-laki menunjukkan tingkat resiliensi lebih rendah sebesar 47.46% dibandingkan jenis kelamin perempuan dengan persentase 29.47%.

Tabel 5. Data Deskriptif Stres Akademik

| Variabel | Kategori | Merantau | |
|----------------|----------|------------|-------------|
| | | f | % |
| Stres Akademik | Rendah | 31 | 16.24% |
| | Tinggi | 160 | 83.76% |
| Total | | 191 | 100% |

Dapat disimpulkan bahwa dari responden sebanyak 191 mahasiswa merantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung memiliki stres akademik yang tinggi sebanyak 160 orang (83.76%) dan yang rendah ada sebanyak 31 orang (16.24%).

Tabel 6. Hasil Perhitungan Aspek Mean Stres Akademik Mahasiswa Merantau

| Aspek | Merantau |
|-----------------------------------|----------|
| | Mean |
| Stressor Akademik | 3.70 |
| Reaksi terhadap Stressor Akademik | 3.11 |

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel menunjukkan bahwa dari dua aspek yang dimiliki oleh stres akademik, aspek yang paling tinggi ada pada aspek stressor akademik yang meliputi frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan *self-imposed* yang memiliki skor mean 3.70. Sedangkan aspek reaksi terhadap stressor akademik yang meliputi reaksi fisik, reaksi emosional, perilaku, dan penilaian kognitif memiliki skor mean yang lebih rendah yaitu 3.11

Tabel 7. Data Deskriptif Resiliensi

| No | Kategori | Skor | Frekuensi | % |
|-------|-------------------|--------|-----------|--------|
| 1 | Resiliensi Rendah | 25-74 | 146 | 76.43% |
| 2 | Resiliensi Tinggi | 75-125 | 45 | 23.57% |
| Total | | | 191 | 100% |

Berdasarkan Tabel 7, sebanyak 146 mahasiswa (76.43%) memiliki resiliensi yang rendah. Sedangkan 45 mahasiswa (23.57%) memiliki resiliensi yang tinggi.

Tabel 8. Hasil Perhitungan Aspek Mean Resiliensi Mahasiswa Merantau

| Aspek | Kategori | |
|--------------------------------------|---------------|---------------|
| | Rendah | Tinggi |
| <i>Personal Competence</i> | 146 (76.43%) | 45 (23.57%) |
| <i>Trust In One's Instincts</i> | 150 (78.53%) | 41 (21.47%) |
| <i>Positive Acceptance Of Change</i> | 134 (70.15%) | 57 (29.85%) |
| <i>Control</i> | 152 (79.58%) | 39 (20.42%) |
| <i>Spiritual Influences</i> | 107 (56.02%) | 84 (43.98%) |
| Total | (100%) | (100%) |

Berdasarkan Tabel 4.7 menjelaskan bahwa hasil pengukuran responden pada mahasiswa yang merantau terhadap masing-masing aspek resiliensi. Diketahui pada mahasiswa yang merantau bahwa dalam aspek *Personal Competence* 146 orang (76.43%) dikategorikan rendah.

Pada aspek *Trus In One's Instincts*, mahasiswa rantau berada dalam kategori rendah sebanyak 150 orang (78.53%). Pada aspek *Possitive Acceptance Of Change*, sebanyak 134 orang mahasiswa yang merantau (70.15%) berada pada kategori rendah. Pada aspek *Control*, mahasiswa rantau berada pada kategori rendah sebanyak 152 orang (79.58%). Pada aspek *Spiritual Influences*, mahasiswa merantau berada pada kategori tinggi sebanyak 107 orang (56.02%).

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung memiliki stres akademik yang tinggi. Tingkat stres akademik berdasarkan jenis kelamin, lebih tinggi pada jenis kelamin laki-laki dibandingkan Perempuan.
2. Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung memiliki tingkat resiliensi yang rendah.
3. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara stres akademik dengan resiliensi pada mahasiswa merantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Bandung.

Acknowledge

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu penyusunan skripsi dari awal hingga akhir terutama pada kepada dosen pembimbing yaitu Sulisworo Kusdiyati, Dra.,M.si., Psikolog yang senantiasa membimbing peneliti. Serta pihak-pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Daftar Pustaka

- [1] Praghopalati, A., Suparto, T. A., & Sulastri, A. P. W. A. (2021). Indonesian adaptation of the student-life stress inventory: Psychometric and factor structure. *Jurnal Nursing Update*, 12(3).
- [2] Forster, S., & Lavie, N. (2014). Distracted by your mind? Individual differences in distractibility predict mind wandering. *Journal of Experimental Psychology*, 40(1), 251-260. <https://doi.org/10.1037/a0034108>.
- [3] Bukit, E. B., & Widodo, Y. H. (2022). Tingkat kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa perantau berdomisili di yogyakarta. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 4(1), 44-49.
- [4] Nuralisa, A., & Astriana, S. (2016). Hubungan antara adversity quotient dan dukungan sosial teman sebaya penyesuaian diri mahasiswa perantauan tahun pertama fakultas teknik universitas sebelas maret surakarta. *Wacana*, 8(2).
- [5] Teranishi, C. S., & Hannigan, T. P. (2008). Impact of study abroad on latino/a college students' ethnic identity and cross-cultural adaptability. *Multicultural Learning and Teaching*, 3(1). <https://doi.org/10.2202/2161-2412.1029>.
- [6] Fitasari, I. N. (2011). Faktor yang berhubungan dengan kejadian stres pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas airlangga. (*Doctoral dissertation, Universitas Airlangga*).
- [7] Govaerts, S., & Grégoire, J. (2004). Stressful academic situations : Study on appraisal variables in adolescence. *British Journal of Clinical Psychology*, 54(4), 261-271. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2004.05.001>
- [8] Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- [9] Flinchbaugh, C., Luth, M. T., & Li, P. (2015). A challenge or a hindrance? Understanding the effects of stressors and thriving on life satisfaction. *International Journal of Stress Management*, 22(4), 323-345. <http://dx.doi.org/10.1037/a0039136>.
- [9] McKeering, P., Hwang, Y.-S., & Ng, C. (2021). A study into wellbeing, student engagement and resilience in early-adolescent international school students. *Journal of Research in International Education*, 20(1), 69-92. <https://doi.org/10.1177/14752409211006650>.
- [10] Amat S, Subhan M, Jaafar WMW, et al. (2014) Evaluation and psychometric status of the brief resilience scale in a sample of Malaysian international students. *Asian Social*

- Science*. 10(18), 240–245. <https://doi.org/10.5539/ass.v10n18p240>.
- [11] Hjemdal O, Vogel PA, Solem S, et al. (2011) The relationship between resilience and levels of anxiety, depression, and obsessive–compulsive symptoms in adolescents. *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 18(4), 314–321. <https://doi.org/10.1002/cpp.719>.
- [12] Amat S, Subhan M, Jaafar WMW, et al. (2014) Evaluation and psychometric status of the brief resilience scale in a sample of Malaysian international students. *Asian Social Science*. 10(18), 240–245. <https://doi.org/10.5539/ass.v10n18p240>
- [13] Leask, B., & Carroll, J. (2011). Moving beyond ‘wishing and hoping’: Internationalisation and student experiences of inclusion and engagement. *Higher Education Research and Development*, 30(5), 647–659. <https://doi.org/10.1080/07294360.2011.598454>.
- [14] Teranishi, C. S., & Hannigan, T. P. (2008). Impact of study abroad on latino/a college students’ ethnic identity and cross-cultural adaptability. *Multicultural Learning and Teaching*, 3(1). <https://doi.org/10.2202/2161-2412.1029>.
- [15] Shenoy, U. A. (2010). College-stress and symptom-expression in international students: A comparative study (*Doctoral dissertation, Virginia Polytechnic Institute and State University*).
- [16] Asrun, M., Herik, E., Sunarjo, I. S., Oleo, U. H., & Stres, T. (2019). Hubungan antara tingkat kecerdasan spiritual di Universitas Halu Oleo. *Jurnal Pendidikan Bahasa*, 8(2), 1–10.
- [17] Satalaksana, D. A., & Kusdiyati, S. (2020). Hubungan stres akademik dengan subjective well being pada mahasiswa tingkat akhir. *Prosiding Psikologi SPeSIA Unisba*. 6(2), 594–597. <http://dx.doi.org/10.29313/v6i2.23629>.
- [18] Looker, Terry & Gregson, Olga. 2005. *Managing Stress : Mengatasi Stres Secara Mandiri*. Yogyakarta : Baca.
- [19] Afryan, M., Saputra, O., Lisiswanti, R., & Ayu, P. R. (2019). Hubungan tingkat stres terhadap motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir fakultas kedokteran universitas lampung. *Jurnal Kesehatan dan Agromedicine*, 6(1), 63–67.
- [20] J. S. Al-Wafii and M. Yanuvianti, “Studi Mengenai Intensi Pembelian Makanan Organik Ditinjau Melalui Theory of Planned Behavior,” *Jurnal Riset Psikologi*, vol. 3, no. 2, pp. 85–92, Dec. 2023, doi: 10.29313/jrp.v3i2.2688.
- [21] H. Purnama, H. Wahyudi, and Suhana, “Terapi Berbasis Internet Untuk Meningkatkan Self-Regulasi Pada Mahasiswa Dengan Internet Gaming Disorder,” *Jurnal Riset Psikologi*, pp. 1–8, Jul. 2023, doi: 10.29313/jrp.v3i1.1704.
- [22] N. H. Fadila and D. Rosiana, “Pengaruh Konsep Diri terhadap Kematangan Karir Siswa Kelas 12 SMK di Kota Serang,” *DELUSION: Exploring Psychology*, vol. 1, no. 1, 2023, doi: 10.29313/delusion.vxix.xxx.