

PERAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENGATASI STRES
AKADEMIK SISWA DI KELAS VIII SMP NEGERI 1 LUAHAGUNDRE
MANIAMOLO TAHUN PELAJARAN 2021/2022

Berneditas Milihati laia⁽¹⁾, Sitasi Zagoto⁽²⁾, Sri Florina L. Zagoto⁽³⁾

¹Guru Bimbingan dan Konseling, Nias Selatan

^{2,3}Dosen Universitas Nias Raya

(Email)

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi stres Akademik siswa di Kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pelajaran 2021/2022. Sumber data adalah dari siswa, kepala sekolah, guru kesiswaan, guru wali kelas, dan guru BK. Teknik pengumpulan data adalah observasi, wawancara dan tinjauan pustaka. Teknik analisis data yang digunakan adalah reduksi data, data display dan kesimpulan. Hasil penelitian ini bahwa guru BK melakukan tindakannya dengan memberikan pemahaman, pemeliharaan dan pengembangan kepada siswa yang mengalami stres akademik, maka sudah ada perubahan terhadap setiap siswa yang mengalami stres akademik. Hal ini dapat menunjukkan bahwa siswa selalu mengerjakan tugas baik tugas kelompok maupun tugas individu, nilai ujian sudah baik, tidak bosan di kelas dan tidak mengantuk di kelas. Kesimpulan pada penelitian ini adalah peran guru bimbingan dan konseling di kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pembelajaran 2021/2022 bahwa sudah ada dan telah dilaksanakan dengan baik sebagai pendukungnya adalah kepala sekolah, guru wali kelas dan siswa.

Kata Kunci: *Peran guru bimbingan dan konseling; stres akademik; siswa*

Abstract

The purpose of this study is to describe the role of guidance and counseling teachers in overcoming academic stress of students in Class VIII of State Junior High School 1 Luahagundre Maniamolo Year of Study 2021/2022. The data sources are from students, principals, student teachers, homeroom teachers, and BK teachers. Data collection techniques are observation, interviews and literature reviews. The data analysis techniques used are data reduction, display data and conclusions. The results of this study that BK teachers take action by providing understanding, maintenance and development to students who experience academic stress, then there is a change to every student who experiences academic stress. This can indicate that students always do tasks both group assignments and individual assignments, test scores are good, do not get bored in class and do not sleepy in class. The conclusion of this study is the role of guidance and counseling teachers in class VIII of State Junior High School 1 Luahagundre Maniamolo Year of Defenders.

Keyboard: *The role of guidance and counseling teachers; academic stress; student*

Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu proses yang diperlukan untuk mendapatkan pengetahuan dalam proses pembelajaran untuk perkembangan individu maupun masyarakat. Hampir semua orang dikenai pendidikan dan melaksanakan pendidikan sebab pendidikan itu tidak pernah terpisah dengan kehidupan manusia. Anak-anak menerima pendidikan dari orangtuanya dan manakala anak-anak ini sudah dewasa dan berkeluarga mereka juga akan mendidik anak-anaknya. Begitupula di sekolah dan perguruan tinggi, para siswa dan mahasiswa didik oleh guru dan dosen.

Guru adalah salah satu komponen untuk mencapai tujuan pendidikan dengan tugas utamanya mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan baik pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guru bimbingan dan konseling mempunyai peran penting dalam dunia pendidikan karena selain berperan dalam mentransfer ilmu pengetahuan kepada siswa, guru bimbingan dan konseling juga dituntut untuk dapat memberikan pendidikan karakter dan menjadi contoh karakter yang baik bagi siswanya.

Guru bimbingan dan konseling merupakan pelaku utama dalam penerapan program pendidikan di sekolah serta memiliki peranan yang sangat penting dalam mencapai tujuan pendidikan. Sikap mental yang kurang

baik, dapat mempengaruhi stabilitas sehingga menyebabkan kecemasannya bagi setiap siswa. Kepribadian yang sehat bukan hanya dari segi apakah pribadi tersebut berfungsi secara normal seperti pada umumnya, tapi lebih menekankan pada potensi-potensi yang dimiliki serta bisa dikembangkan secara optimal.

Di Sekolah siswa rentan mengalami perubahan yang sangat signifikan, salah satu perubahan signifikan tersebut mengalami masa transisi dan jenjang sekolah menengah pertama ke sekolah menengah atas. Perubahan tersebut membuat siswa meningkatkan tanggung jawab dan kemandirian, perubahan dari struktur kelas yang kecil dan akrab menjadi kelas yang lebih besar, dan menghadapi ekspektasi akademik yang tinggi. Ekspektasi yang muncul membuat sebagian siswa merasa rentan dan tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, perilaku tersebut salah satu bentuk masalah emosional dan perilaku di lingkungan sekolah yang dapat terjadinya stres pada siswa. Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis, atau sistem sosial individunya. Terkait dengan pendidikan siswa dituntut untuk menyesuaikan diri terhadap tekanan untuk naik kelas, lama belajar, kecemasan menghadapi ujian, ketentuan untuk menentukan jurusan dan karir, dan manajemen waktu. Stres yang berasal dari tuntutan akademik disebut dengan stres akademik.

Secara umum stres adalah bentuk ketegangan dari fisik, psikis, emosi maupun mental. Bentuk ketegangan ini mempengaruhi kinerja keseharian seseorang. Bahkan stress dapat membuat produktivitas menurun, rasa sakit dan gangguan-gangguan mental. Pada dasarnya, stress adalah sebuah bentuk ketegangan, baik fisik maupun mental. Sumber stres disebut dengan stressor dan ketegangan yang diakibatkan karena stres, disebut strain.

Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis, atau sistem sosial individunya. Terkait dengan pendidikan siswa diuntut untuk menyesuaikan diri terhadap tekanan untuk naik kelas, lama belajar, kecemasan menghadapi ujian, ketentuan untuk menentukan jurusan dan karir, dan manajemen waktu. Stres yang berasal dari tuntutan akademik disebut dengan stres akademik. Tuntutan yang tinggi seringkali menjadi pemicu munculnya stres pada siswa, menghadapi beban belajar yang berat, terutama pada remaja SMP, pada masa ini siswa mengalami tekanan dari sekolah dan orang tua meminta anak untuk memperoleh nilai yang tinggi. Terlebih-lebih dimasa pandemi Covid-19 ini, siswa dituntut untuk mengikuti pembelajaran secara zoom yang dengan sendirinya siswa wajib mempunyai HP yang mampu membuka aplikasi zoom. Hal ini menambah beban keluarga karena harus mengeluarkan biaya sedangkan pendapatan menurun akibat dibatasi

kegiatan demi mencegah penyebaran Covid-19.

Peneliti melakukan observasi awal di SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolomelalui wawancara kepada kepala sekolah, guru bimbingan konseling dan siswa. Dari hasil wawancara dengan kepala sekolah menyatakan bahwa ada beberapa siswa mengalami stres akademik yang disebabkan salah satunya Covid-19 yang membuat siswa harus belajar di rumah atau belajar daring tanpa tatap muka dengan gurunya. Dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling yang menyatakan bahwa ada beberapa siswa yang mengalami stres akademik sehingga tidak fokus dalam belajar, cepat bosan belajar, tidak menyerahkan tugas serta nilai belajarnya tidak tuntas. Berdasarkan dari hasil wawancara terhadap siswa diperoleh informasi bahwa ada beberapa siswa yang pernah mengalami stres akademik yang mengakibatkan siswa tidak dapat berkonsentrasi belajar.

Jika hal ini dibiarkan, maka akan berdampak negatif pada hasil belajar siswa. Untuk itu perlu peranan guru bimbingan dan konseling dalam mengurangi stres akademik siswa agar menjadi siswa yang baik serta meraih prestasi yang lebih unggul. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti ingin mengangkat judul penelitian **“Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa di Kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pelajaran 2021/2022.**

Metode Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pelajaran 2021/2022. Penelitian ini menggunakan jenis kualitatif dengan pendekatan deskriptif, menurut Sugiyono (2013:3) "Penelitian kualitatif merupakan metode baru *postpositivistic, discovery, interperetative* dan kualitatif." Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah menggambarkan peran guru bimbingan dan konseling serta kedisiplinan siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik dokumentasi merupakan pengumpulan data yang lebih mengarah pada bukti konkret oleh peneliti dengan cara mengumpulkan dokumen-dokumen dari siswa SMA Negeri 1 kelas X.

Adapun teknik analisis data dalam penelitian ini, menurut Sugiyono (2018:247) yaitu reduksi data, display data, verifikasi.

Hasil Penelitian dan Pembahasan**a. Hasil Penelitian**

SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo ini berawal dari SMP Negeri 7 Telukdalam yang berdiri pada tahun 2004, berlokasi di jalan Bu'ulolozilini Botohilisilambo, dengan adanya pemekaran kecamatan yang dilakukan oleh pemerintah daerah kabupaten Nias selatan dan sekaligus pembagian wilayah subrayon yang dilakukan oleh

Dinas Pendidikan Kabupaten Nias Selatan pada tahun 2009 maka SMP Negeri 7 Telukdalam ini beralih menjadi SMP Negeri 2 Fanayama dan seiring waktu berlalu pemerintah kabupaten nias selatan melakukan pemekaran kecamatan lagi di wilayah pemerintahannya, maka SMP Negeri 2 Fanayama ini masuk di wilayah pemekaran kecamatan baru yaitu kecamatan Luahagundre Maniamolo sehingga beralih menjadi SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo sampai sekarang. Sebagai kepala sekolah SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo adalah Bapak Jekieli Wau, S.Pd.

Temuan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pelajaran 2021/2022. Pada bab ini peneliti akan menguraikan serta menerangkan data dan hasil penelitian tentang permasalahan yang telah dirumuskan pada bab I yaitu mendeskripsikan peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi stres akademik siswa di Kelas X SMA Negeri 1 Lahusa Tahun Pelajaran 2021/2022. Hasil dari penelitian ini diperoleh dengan teknik wawancara secara langsung kepada informan sebagai bentuk penelitian dan dokumentasi langsung lapangan. Setelah itu, peneliti juga menggunakan teknik observasi sebagai cara untuk melengkapi data yang telah ditemukan. Penelitian ini berfokus pada peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi stres akademik siswa di Kelas X SMA Negeri 1 Lahusa Tahun

Pelajaran 2021/2022. Adapun *setting* penelitian yaitu peneliti mengurus kelengkapan administrasi dalam proses penelitian. Surat izin penelitian dikeluarkan pada tanggal 28 Juli 2021 dan selesai pada tanggal 24 Agustus 2021, serta pihak sekolah mengeluarkan surat keterangan bahwa peneliti telah melaksanakan penelitian pada tanggal 25 Agustus 2021.

1. Hasil Observasi

Hasil dari pengamatan yang dilakukan peneliti pada tanggal 30 Juli 2021 bahwa guru BK sangat baik dan aktif, memberikan program layanan dan konseling sesuai dengan pokok permasalahan siswa seperti kurang disiplin, tidak mengerjakan tugas, siswa mengantuk dikelas, sering bosan mengikuti proses belajar mengajar. Hasil pengamatan pada tanggal 06 Agustus 2021 bahwa guru BK sangat baik dalam melaksanakan perannya untuk mengatasi stres akademik siswa. Guru BK mengajarkan siswa untuk menjadi siswa yang pintar dan berprestasi yang tinggi, menjalin komunikasi yang baik terhadap siswa untuk membimbing dan mengarahkan siswa ke hal yang baik. Hasil pengamatan pada hari Jumat tanggal 09 Agustus 2021 bahwa guru PKS telah berperan aktif dan cukup baik. Guru BK memberikan ketegasan kepada siswa yang mengalami stres pada akademik siswa, memberikan pencegahan dan pengembangan kepada siswa yang bersangkutan.

2. Hasil Dokumentasi

Dokumentasi merupakan bagian yang tidak terlepas dari teknik yang dijalankan di sebuah penelitian ini seperti observasi dan wawancara. Dokumentasi sendiri berperan sebagai pendukung informasi dari hasil wawancara ataupun dari pengamatan yang dilakukan oleh peneliti selama penelitian peroleh dari dokumentasi sebagai penggambaran dari apa yang peneliti amati, telusuri dan didapatkan secara sengaja guna mendokumentasikan sepanjang penelitian seperti foto dari objek penelitian, dan foto informan penelitian pada saat wawancara dan melakukan pengamatan.

Pembahasan

1. Peran guru bimbingan dan konseling

Guru Guru Bimbingan dan Konseling mempunyai kekuasaan untuk membentuk dan membangun kepribadian siswanya, sehingga siswa tersebut dapat menjadi seseorang yang berguna bagi agama, nusa dan bangsanya. Salahuddin (2010:16) berpendapat tentang pengertian bimbingan dan konseling bahwa bimbingan dan konseling adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu secara berkelanjutan dan sistematis, yang dilakukan seorang ahli yang telah mendapat pelatihan khusus untuk itu, dengan tujuan agar individu dapat memahami dirinya, lingkungannya, serta dapat mengarahkan diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan untuk

mengembangkan potensi dirinya secara optimal untuk kesejahteraan dirinya dan kesejahteraan masyarakat

Berdasarkan hasil temuan penelitian tentang peran guru bimbingan dan konseling di kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pembelajaran 2021/2022 bahwa sudah ada dan telah dilaksanakan dengan baik sebagai pendukungnya adalah kepala sekolah, guru wali kelas dan siswa. Sebelum guru BK melaksanakan perannya terhadap siswa yang mengalami stres akademik melalui layanan individu dan layanan kelompok ternyata masih banyak siswa yang tidak berprestasi, tidak mengerjakan tugas, cepat bosan mengikuti proses belajar mengajar, mengantuk dikelas, tidak fokus belajar, nilai belajar tidak tuntas, motivasi menurun. Tetapi setelah guru BK melakukan tindakannya dengan memberikan pemahaman, pemeliharaan dan pengembangan kepada siswa yang mengalami stres akademik, maka sudah ada perubahan terhadap setiap siswa yang mengalami stres akademik. Hal ini dapat menunjukkan bahwa siswa selalu mengerjakan tugas baik tugas kelompok maupun tugas individu, nilai ujian sudah baik, tidak bosan dikelas dan tidak mengantuk dikelas.

2. Stres Akademik Siswa

Secara umum stres adalah bentuk ketegangan dari fisik, psikis, emosi maupun mental. Bentuk ketegangan ini mempengaruhi kinerja keseharian seseorang. Bahkan stres

dapat membuat produktivitas menurun, rasa sakit dan gangguan-gangguan mental. Pada dasarnya, stress adalah sebuah bentuk ketegangan, baik fisik maupun mental.

Berdasarkan hasil temuan penelitian tentang stres akademik siswa di kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pembelajaran 2021/2022 bahwa sudah ada perubahan ataupun menurun. Faktor stres akademik siswa menurun karena guru BK telah melaksanakan tindakannya terhadap siswa yang mengalami stres akademik melalui layanan individu dan layanan kelompok, siswa selalu mengerjakan tugas baik tugas kelompok maupun tugas individu, nilai ujian sudah baik, tidak bosan dikelas dan tidak mengantuk dikelas.

Berdasarkan temuan penelitian dan hasil penelitian yang relevan di atas, dapat disimpulkan bahwa secara umum peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi stres akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pembelajaran 2020/2021 sangat baik dan efektif, artinya sudah menjalankan fungsinya sebagai guru bimbingan dan konseling. Gambaran stres akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pembelajaran 2020/2021 sudah mulai menurun. Dalam kegiatan layanan bimbingan dan konseling dengan metode layanan konseling individu dan konseling kelompok dapat

berjalan sesuai dengan proses pelaksanaan.

Hasil penelitian di atas didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilaksanakan oleh Mufadhal Barseli, dkk (2017) tentang meliputi; konsep stres, konsep stres akademik, faktor yang mempengaruhi stres akademik, gejala-gejala stres akademik, respon stres akademik diperoleh hasil dalam penelitian bahwa Stres akademik bukan hal baru dari permasalahan siswa, namun upaya intensif untuk pengelolaan stress akademik siswa sepertinya tidak banyak dilakukan di Indonesia. Dari hasil penelitian studi awal diperoleh bahwa terdapat ada beberapa siswa yang mengalami stres akademik dikarenakan beberapa faktor yang mempengaruhi salah satunya covid-19.

Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian, maka dapat disimpulkan yaitu sebagai berikut:

1. Peran guru bimbingan dan konseling di kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pembelajaran 2021/2022 bahwa sudah ada dan telah dilaksanakan dengan baik sebagai pendukungnya adalah kepala sekolah, guru wali kelas dan siswa, dimana siswa selalu mengerjakan tugas baik tugas kelompok maupun tugas individu, nilai ujian sudah baik, tidak bosan dikelas dan tidak mengantuk dikelas.

Stres akademik siswa di kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo Tahun Pembelajaran 2021/2022 bahwa sudah ada perubahan ataupun menurun. Faktor stres akademik siswa menurun karena guru BK telah melaksanakan tindaknya terhadap siswa yang mengalami stres akademik melalui layanan individu dan layanan kelompok, siswa selalu mengerjakan tugas baik tugas kelompok maupun tugas individu, nilai ujian sudah baik, tidak bosan dikelas dan tidak mengantuk dikelas.

Saran

Berdasarkan Berdasarkan kesimpulan di atas, penulis memberikan saran yang mungkin dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam rangka mengatasi stres akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Luahagundre Maniamolo sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Hendaknya menyiapkan berbagai sarana dan prasarana bimbingan konseling (BK) yang memadai agar memudahkan guru BK dalam mengatasi berbagai persoalan peserta didik, termasuk stres akademik.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hendaknya meningkatkan keahlian dan keterampilan konseling agar memudahkan menyelesaikan berbagai persoalan peserta didik, termasuk stres akademik

3. Bagi Orang Tua Peserta Didik

Hendaknya para orangtua peserta didik selalu memantau perkembangan peserta didik di sekolah dengan berkomunikasi langsung dengan dewan guru di sekolah.

Daftar Pustaka**Sumber dari Buku**

- Amrianto. 2021. *Remaja dan Pendidikan*. Penerbit: Guepedia.
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT RemajaRosdakarya.
- Hurlock, B Elizabeth. 2008. *Perkembangan Anak*. Penerbit Erlangga, Yogyakarta.
- Hikmawati Fenti. 2011. *Bimbingan Konseling Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Kurnia Alaika M. Bagus. 2020. *Psikologis Pendidikan Islam*. Penerbit: Haura Utama, Benteng.
- Prayitno & Amti Erman. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Salahudin, Anas. 2010. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT. Alfabeta.
- _____. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT. Alfabeta.
- Tanjung Rahman, dkk. 2021. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Penerbit: Yayasan Kita Menulis.
- Tasalim Rian, dan Cahyani Redina. 2021. *Stres Akademik dan*

Penanganannya. Penerbit: Guepedia Indonesia.

Yusuf, Muri. 2013. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Kencana: Jakarta.

Internet/Jurnal/Skripsi

- Azhar, A. 2015. *Hubungan antara Stres Sekolah dan Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). Skripsi (Online) (<http://eprints.ums.ac.id/34239/14/NASKA%20PUBLIKASI.pdf>). Diakses Tanggal 17 Februari 2021.
- Laia, B., Sarumaha, M., Zalukhu, M. C., Ndruru, M., Telaumbanua, T., Ndraha, L. D. M., & Harefa, D. (2021). PENDEKATAN KONSELING BEHAVIORAL TERHADAP PERKEMBANGAN MORAL SISWA. *Jurnal Ilmiah Aquinas*, 4(1), 159-168.
- Laia, B. (2019). Social Injustice In Stella Knightley's Novel *Girl Behind The Mask*. *Jurnal Education and Development*, 7(4), 315-315.
- Laia, B. (2019). Improving the Students' Ability in Speaking by Using Debate Technique at the Tenth Grade of SMK Negeri 1 Aramo. *Scope: Journal of English Language Teaching*, 4(1), 1-9.
- Laia, B. (2018). Kontribusi Motivasi Dan Minat Belajar Terhadap Kemampuan Berbicara Bahasa Inggris Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Stkip Nias Selatan. *Jurnal Education and Development*, 6(1), 70-70.

- Laia, B., Zagoto, S. F. L., Fau, Y. T. V., Duha, A., Telaumbanua, K., Ziraluo, M., ... & Harefa, D. (2022). PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SMA NEGERI DI KABUPATEN NIAS SELATAN. *Jurnal Ilmiah Aquinas*, 162-168.
- Laia, B., & Zai, E. P. (2020). Motivasi Dan Budaya Berbahasa Inggris Masyarakat Daerah Tujuan Wisata Terhadap Perkembangan Bahasa Anak Di Tingkat Slta (Studi Kasus: Desa Lagundri-Desa Sorake-Desa Bawomataluo). *Jurnal Education and Development*, 8(4), 602-602.
- Gaho, J., Telaumbanua, K., & Laia, B. (2022). EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK ROLE PLAYING DALAM MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 LAHUSA TAHUN PEMBELAJARAN 2020/2021. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 1(1), 38-46
- Sinaga, M. A. J. 2015. *Stres Akademik antara Anak Taman Kanak-kanak yang Mendapat Pengajaran Membaca dan Tidak Mendapat Pengajaran Membaca* (Doctoral dissertation, Program Studi PsikologiFPSI-UKSW).Skripsi (Online) (https://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/9305/2/T1_802010098_Full%20text.pdf). Diakses Tanggal 17 Februari 2021.