



<http://ijec.ejournal.id>

INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING

ISSN 2541-2779 (*print*) || ISSN 2541-2787 (*online*)

UNIVERSITAS MATHLA'UL ANWAR BANTEN



Theoretical / Conceptual Article

Psychological Pressure in Novels: "MENYUSU CELENG"

Atanasius Raka Setya Adi¹, Theresia Prias Hayu Purbaning Tyas²

^{1,2} Universitas Sanata Dharma, Indonesia

Article History

Received: 18.08.2023
Received in revised
form: 22.09.2023
Accepted: 28.01.2024
Available online:
31.01.2024

ABSTRACT

PSYCHOLOGICAL PRESSURE IN NOVELS: "MENYUSU CELENG". The content of the research aims to: 1) find out what factors or causes of psychological pressure are contained in the novel "Menyusu Celeng" 2) knowing the forms of psychological pressure contained in the novel "Menyusu Celeng". 3) find out what the effects of psychological pressure are contained in the novel "Menyusu Celeng". In this study, the researcher used the mixed method used to analyze documents in the novel "Menyusu Celeng". The researcher use Qualitative Data Analyze Miner (4.0) as an application to help classify and analyze data. Based on the results of the data analysis, it was found: 1) The psychological pressure factor that has the greatest percentage in the novel "Menyusu Celeng" derived from the environment around a person or individual. 2) The greatest impact of psychological pressure identified in the novel "Menyusu Celeng" the emotion which is also divided into positive emotions (eustress) and negative emotions (distress). 3) Psychological pressure received by individuals is most revealed in the novel "Menyusu Celeng" with aggressive behavior.

KEYWORDS: Psychological Pressure

DOI: 10.30653/001.202481.310



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
© 2024 Atanasius Raka Setya Adi, Theresia Prias Hayu Purbaning Tyas

PENDAHULUAN

Manusia dalam hidupnya tidak lepas dari lingkungan di sekitarnya. Situasi lingkungan yang dinamis menuntut individu untuk terus beradaptasi dan menyesuaikan diri. Sebagian manusia tentunya dapat beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan cara yang dianggap paling sesuai untuk bertahan dalam situasi lingkungan yang dinamis. Tekanan psikologis muncul karena adanya stressor. Stressor dapat disebabkan oleh permasalahan yang dilakukan oleh individu atau kelompok orang sehingga situasi lingkungan dan orang yang ada di dalamnya mengalami tekanan psikologis. Salah satu situasi yang membuat lingkungan tidak kondusif adalah penguasa yang bertidak sewenang-wenang, korupsi, keserakahan penguasa dan sebagainya, hal tersebut muncul pada dunia dewasa ini.

Dalam kurun waktu dua tahun ini, fenomena mengenai pejabat yang melakukan korupsi semakin merajalela. Fenomena tersebut bagaikan suatu budaya yang sudah mendarah daging bagi pemangku kepentingan. Runtutan kasus korupsi terungkap dari tingkat negara hingga ke desa. Bahkan, dalam situasi sulit pun, para pemangku kepentingan masih dapat melakukan tindakan korupsi.

¹ Corresponding author's address: Universitas Sanata Dharma Yogyakarta; Jl. Affandi, Yogyakarta, Indonesia. Email: athanasiusrakapr@gmail.com

Dalam laman Kompasiana.com, pada tahun 2021, menyampaikan bahwa salah satu kasus yang membuat warga negara Indonesia geram akan tingkah laku para pejabat, terlebih pada mantan Menteri Sosial. Pada 6 Desember 2020, Kemensos memberikan bantuan sosial berupa sembako untuk masyarakat yang terdampak pandemi dengan anggaran sebesar Rp. 5,9 Triliun. Namun untuk setiap paket bansos diberikan fee sebesar Rp.10.000 hingga mantan Menteri Sosial tersebut memperoleh keuntungan sebesar Rp. 8,8 Milyar yang digunakan untuk keperluan pribadi.

Adanya permasalahan tersebut, tentunya hal ini semakin memperparah permasalahan masyarakat setelah permasalahan dengan pandemi Covid-19. Permasalahan tersebut memberikan dampak bagi masyarakat terlebih pada tekanan Psikologis. Oleh karena itu, dengan adanya tekanan-tekanan tersebut memunculkan dampak pada kehidupan masyarakat.

Situasi zaman dewasa ini, ditemukan masih banyak terjadi tindakan yang dilakukan oleh seseorang sebagai bentuk respon atas situasi tekanan psikologis yang dialami. Dalam sebuah laman berita Detik news, pada tahun 2019, menyampaikan bahwa pendemo menolak adanya peraturan perundang-undangan yang melemahkan KPK. Hal ini merupakan suatu bentuk tekanan berupa kecemasan yang dirasakan oleh masyarakat sehingga melakukan tindakan yang negatif berupa demonstrasi dan kerusuhan. Demonstrasi yang dilakukan masyarakat tersebut dapat dikatakan sebagai bentuk Distres yang dipicu dari peraturan perundang-undangan yang dianggap melemahkan KPK. Memang pelemahan KPK hal ini tidak langsung menyentuh pada masyarakat, namun dengan adanya hal tersebut dianggap semakin memberikan kesempatan bagi penguasa yang tidak jujur untuk memberikan tekanan bagi masyarakat.

Dalam beberapa peristiwa, terdapat orang-orang yang mampu menghasilkan kreativitasnya di saat tekanan melanda dirinya. Seperti yang dilakukan oleh Sedy Agus Cahyana pada laman youtube KOMPAS TV, 31 Oktober 2020, menyampaikan bahwa warga Desa Penanggal, Kecamatan Candipuro, Kabupaten Lumajang, Jawa Timur, yang mampu untuk menghasilkan karya yang berupa lukisan timbul dengan bahan jerami. Himbuan dari pemerintah untuk tetap tinggal di rumah saat pandemi, dimanfaatkan oleh Sedy Agus untuk mengasah kreativitasnya di dalam karya seni lukisan yang dibuatnya.

Selain itu, terdapat seorang muda bernama Wahyu Agung Nugraha yang berasal dari Gunungkidul, Yogyakarta. Dia menemukan jalan keluar dari kesulitan di masa pandemi dengan cara membuat desain ilustrasi digital. Karya-karya ilustrasi digital yang dibuatnya membuat salah satu production house yang membuat masyarakat luar negeri tertarik akan karyanya. Hal tersebut membuat karyanya tembus hingga ke mancanegara dan memperoleh penghasilan yang cukup besar.

Sejatinya manusia pernah mengalami situasi di bawah tekanan dimana tuntutan dari lingkungan maupun dirinya dibatasi oleh keadaan. Hal ini merupakan masalah yang sangat menarik untuk diteliti karena sangat relevan dan sedang hits dengan kemampuan seseorang untuk bisa berpikir kreatif meskipun dibawah tekanan. Seperti pada saat masa pandemi mampu menghasilkan karya melalui kreatifitas yang dimilikinya.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, di Indonesia didapati lebih dari 19 juta orang yang berumur lebih dari 15 tahun mengalami gangguan emosional, dan lebih dari 12 juta orang berumur lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Berdasarkan data tersebut 20% dari 250 juta orang mengalami gangguan kesehatan jiwa.

Tekanan psikologis

Sarafino (dalam Moh. Muslim. 2020), tekanan psikologis dapat diartikan sebagai sebuah tekanan dari dalam atau dari luar diri seseorang dan juga kondisi permasalahan lainnya yang mempengaruhi dalam hidup individu. Hinkle (dalam Nasib Tua Lumban Gaol 2016), menyampaikan tekanan psikologis dipahami sebagai kekuatan, tekanan, ketegangan atau usaha yang kuat diberikan pada sebuah objek material atau pada seseorang "organ atau kekuatan mental".

Moh. Muslim (2020) mengartikan tekanan psikologis sebagai sebuah respon yang dimunculkan oleh organisme agar bisa menyesuaikan diri pada tuntutan atau tekanan yang sedang terjadi. Robbins (dalam Moh. Muslim. 2020), menerangkan tekanan psikologis adalah suatu kondisi yang memberikan tekanan pada situasi psikologi individu untuk meraih kesempatan yang ingin dicapai, namun dalam proses mencapai impian tersebut menemui terdapat halangan, batasan dan hambatan.

Astuti, dkk (dalam Ratnawati dan Astari, 2019), menyampaikan tekanan psikologis adalah sebuah reaksi psikis yang ditimbulkan karena adanya tekanan yang berasal dari diri sendiri atau dari luar diri. Apabila tekanan psikologis tidak segera ditangani akan berpengaruh dengan kesehatan. Sri Wiworo, dkk (2021), menyampaikan bahwa penyebab tekanan psikologis adalah karena suatu peristiwa atau kejadian yang mempengaruhi seseorang itu merasa tertekan, bahkan tekanan tersebut bisa berasal dari dalam diri seseorang itu. Setiap orang tentunya mempunyai kepribadian yang berbeda, sehingga cara individu dalam memberikan tanggapan pada stress yang dialami berbeda-beda. Tingkat tekanan psikologis yang dialami tiap individu akan berbeda walaupun tekanan tersebut ditimbulkan dari sumber yang sama.

Rice (dalam Gamayanti, 2018) menjelaskan pada dasarnya tekanan psikologis yang dialami oleh seseorang dapat terjadi dari dalam dan dari luar diri seseorang. Penyebab tekanan atau yang normal disebut sebagai stressor, faktor stressor internal merupakan sebuah tekanan psikologis yang diterima seseorang yang dipengaruhi dari dalam diri seseorang. Bagi seseorang yang memberikan penilaian ataupun menginterpretasi suatu peristiwa yang didapat sebagai sebuah ancaman, tanda yang membahayakan atau menakutkan sehingga memberikan tekanan secara psikis. Faktor stressor lingkungan (eksternal) merupakan suatu tekanan psikologis yang diterima oleh seseorang yang berasal dari lingkungan di sekitar individu.

Lazarus (dalam Islamia 2019) menjelaskan tekanan psikologis merupakan salah satu hal yang berkaitan erat dengan lingkungan, di mana seseorang menilai dirinya dan keadaannya pada suatu kondisi tekanan dari tuntutan yang melampaui sumber daya yang tersedia. Tentunya dengan adanya tekanan psikologis membuat seseorang dapat berdampak pada dua hal yaitu eustress dan distress.

Distress menurut Fatimah Azzahra (2017) adalah sebuah respon negatif yang dimunculkan oleh seseorang akibat adanya stressor yang mempengaruhi. Mabitsela (dalam Fatimah Azzahra, 2017), menjelaskan bahwasannya distress adalah suatu bentuk penyimpangan yang dilakukan oleh seseorang dari keadaan yang normal.

Eustress menurut Curve, dkk (dalam Gaol 2016), mengartikan bahwa stres bisa mempunyai dampak yang baik atau positif (eustress) pada kesehatan dan juga kinerja seseorang namun bila stress tersebut tidak melampaui dari pada tingkat maksimal. Jarinto (dalam Gaol 2016), mendapatkan sebuah hasil penelitian yang menunjukkan bahwasannya eustress adalah faktor yang menentukan karyawan agar bisa sampai pada kemaksimalan dalam bekerja dan juga meningkatkan kepuasan karyawan dalam bekerja.

KAJIAN LITERATUR

Penelitian ini didasarkan pada novel berjudul “Menyusu Celeng” karya Sindhunata, SJ. Peneliti meneliti novel “Menyusu Celeng” mengenai bentuk-bentuk tekanan psikologis yang dialami oleh seseorang maupun masyarakat. Berdasarkan tujuan penelitian, maka cara atau metode yang digunakan adalah metode Mix Method. Mix Method merupakan sebuah metode dalam satu penelitian yang menyangkut antara dua kombinasi penelitian, yaitu metode kuantitatif dan kualitatif.

Samiaji Sarosa (2021), menjelaskan bahwa penelitian Mix Method merupakan gabungan dari analisis kuantitatif dan kualitatif. Berdasar dua data dari metode kuantitatif dan kualitatif, maka akan memunculkan dua jenis data yang berbeda. Pada penelitian ini, data kualitatif akan diolah menjadi sebuah data kuantitatif dengan menghitung banyaknya kata ataupun kalimat yang muncul yang dirangkum dalam tabulasi. Dengan menggabungkan dua penelitian tersebut maka dihasilkan hasil analisis tersebut.

Steven Dukeshire & Jenifer Thurlow (dalam Sugiyono 2022), menjelaskan bahwa penelitian kualitatif meneliti data bukan angka dan data tersebut bersifat naratif. Data yang didapat akan kaya dan mendalam mengenai permasalahan yang akan dipecahkan. Nantinya data yang telah didapat diolah dan disusun, lalu menemukan pola data tersebut dan menemukan inti dari data yang diperoleh lalu dibuat dalam bentuk deskripsi,

Convergent Parallel Design tersusun atas tiga tahapan proses yaitu:

1. Menganalisis pada data kualitatif dengan teknik pengkodean kemudian dimasukan pada lingkup tema yang luas.
2. Selanjutnya penganalisisan data kualitatif yang telah didapat dan di tunjukan pada hasil statistik.
3. Tahap selanjutnya adalah pengintegrasian dua data yang telah di dapat, karena pada penelitian ini menggunakan penelitian campuran.

Agar semakin memberi keyakinan pada buku yang akan di teliti peneliti akan menggunakan metode *Hermeneutika*. Verhaak & Imam (dalam Humar dan Ika 2021) menjelaskan *Hermeneutika* merupakan cara atau metodologi yang digunakan untuk mengkaji dan menafsirkan ungkapan-ungkapan pada teks dalam historiografi kepada penulis. Selain dengan wawancara pada penulis novel juga pengamatan pada benda-benda yang berkaitan dengan buku tersebut seperti patung celeng. Dengan demikian, peneliti dapat menggunakan metode *Hermeneutika* sebagai ilmu tafsir atas buku “Menyusu Celeng”.

DISKUSI

Berdasar analisis pada novel “Menyusu Celeng”, peneliti mendapatkan data yang mengarahkan pada beberapa hal berkaitan dengan tekanan psikologis dari novel tersebut. Berdasarkan hasil penyeleksian koding dari novel “Menyusu Celeng” didapatkan tiga kategori yang menunjukkan hal-hal yang terkait tekanan psikologis.

Tabel 1. Hasil analisis dalam koding

Category	Code	Description	Count	% Codes
Faktor tekanan Psikologis	Psikologis		5	1,9%
Faktor tekanan Psikologis	Kepadatan		1	0,4%
Faktor tekanan Psikologis	Issue		20	7,4%
Faktor tekanan Psikologis	Kerakusan		9	3,3%
Faktor tekanan Psikologis	Tuntutan hidup		1	0,4%
Faktor tekanan Psikologis	Kekejaman kekuasaan		8	3,0%
Dampak tekanan Psikologis	Penderitaan		11	4,1%
Dampak tekanan Psikologis	Agresif		1	0,4%
Dampak tekanan Psikologis	harapan		10	3,7%
Dampak tekanan Psikologis	Ketakutan		11	4,1%
Dampak tekanan Psikologis	Inspirasi		44	16,4%
Dampak tekanan Psikologis	Tekad		22	8,2%
Dampak tekanan Psikologis	Reflektif		49	18,2%
Dampak tekanan Psikologis	Emosi		36	13,4%
Dampak tekanan Psikologis	Kebingungan		3	1,1%
Dampak tekanan Psikologis	Kesadaran diri		10	3,7%
Dampak tekanan Psikologis	Konflik		2	0,7%
Bentuk tekanan Psikologis	Ketidaknyamanan		11	4,1%
Bentuk tekanan Psikologis	Panik		2	0,7%
Bentuk tekanan Psikologis	kecemasan		3	1,1%
Bentuk tekanan Psikologis	gelisah		10	3,7%

1. Faktor tekanan Psikologis

Berdasarkan analisis pada novel “Menyusu Celeng”, peneliti mendapatkan data yang mengarahkan pada beberapa hal berkaitan dengan tekanan psikologis dari novel tersebut. Berdasarkan hasil penyeleksian koding dari novel “Menyusu Celeng”, didapatkan bahwa faktor penyebab seseorang mengalami tekanan psikologis berasal dari lingkungan di sekitar individu. Isu-isu tersebut mempunyai persentase sebesar 45,5%, selain itu kerakusan pejabat mempunyai persentase 20,5%, dan kekejaman kekuasaan mempunyai presentase 18,2%. Sementara dari dalam diri individu tekanan psikologis mempunyai persentase sebesar 11,4% dan tuntutan hidup sebesar 2,3%.

Dalam situasi yang membuat seseorang mengalami tekanan psikologis akan berdampak pada beberapa hal, antara lain ketidaknyamanan. Ketidaknyamanan tersebut berupa rasa risih ataupun rasa kekhawatiran akan suatu hal yang sedang dialami. Hal tersebut merupakan sebuah respon yang ditunjukkan seseorang atas tressor tersebut. Respon yang ditunjukkan oleh seseorang pun terbagi atas dua hal yaitu eustress dan distress. Dalam novel ditunjukkan dengan sangat jelas melalui peran pelukis dan juga masyarakat yang mengalami tekanan psikologis.

Pada novel “Menyusu Celeng” karya Sindhunata, SJ sebagai penulis ingin mengatakan bahwasannya tekanan psikologis yang dialami masyarakat (dan pelukis) dalam ceritanya lebih besar pengaruhnya dari lingkungan sekitar. Situasi sosial yang tidak kondusif karena sifat dan perilaku seorang penguasa (Pejabat) yang memicu penderitaan bagi masyarakat. Penguasa ini memberikan tekanan psikologis dengan mengambil kekayaan sebanyak-banyaknya (rakus). Niat jahat tersebut seperti perilaku hewan “celeng” yang mengambil makanan penduduk sebanyak banyaknya tanpa peduli pada apa pun dan siapa pun.

Kedua, tekanan psikologis pun dapat terjadi yang disebabkan sesuatu hal dari dalam diri. Atas dasar pengalaman tersebut yang diyakini oleh individu menjadikan di suatu waktu menjadi tekanan Psikologis. Sindhunata, SJ memberikan pandangan yang serupa bagi pelukis yang diceritakannya bahwa Si pelukis mengalami tekanan psikologis yang berasal dari pikirannya (kognitif). Tekanan yang didapat dari dalam diri Si pelukis karena ketakutannya akan sesuatu hal yang dia dapat di masa lalunya.

Gambaran pada masa lalu yang didapatkannya dan diam dalam dirinyalah yang menjadikan hal tersebut menjadi tekanan psikologis. Kepercayaan yang dipercaya oleh pelukis di masa lalu membuat tekanan psikologis berupa ketakutan akan sosok celeng.

2. Bentuk tekanan psikologis

Dalam novel "Menyusu Celeng" terdapat dua macam bentuk tekanan psikologis yang dilakukan pada seseorang atau sekelompok orang. Bentuk tekanan psikologis paling besar adalah ketidaknyamanan sebesar 42,3%, kegelisahan sebesar 38,5%, kecemasan sebesar 11,5%, dan yang paling kecil adalah kepanikan dengan persentase sebesar 7,7%.

Sindhunata, menunjukkan bahwa Si pelukis mengalami tekanan psikologis dengan rasa ketidaknyamanan atas situasi sosial politik yang tidak kondusif karena pejabat yang berperilaku seperti celeng. Selain ketidaknyamanan, Si pelukis mengalami kegelisahan, kecemasan, dan kepanikan karena situasi yang dirasa kurang kondusif baginya. Memang pengaruh celeng sangatlah bedar bagi masyarakat dan Si pelukis sendiri, sehingga memberikan berbagai bentuk tekanan yang dirasakan oleh masyarakat dan pelukis.

3. Dampak tekanan psikologis

Novel "Menyusu Celeng", di dalamnya tercantum beberapa hal mengenai dampak dari tekanan psikologis yang dialami oleh orang-orang yang terbagi atas sebelas sub kategori. Pada bagian dampak tekanan psikologis peneliti membagi dalam dua bagian, yaitu dampak positif eustress dan dampak negatif distress. Adapun data termasuk dalam eustress adalah reflektif (26,1%), inspirasi (23,4%), tekad (11,3%), harapan dan kesadaran diri (5,3%). Sedangkan hal-hal yang berdampak negatif atau distress, antara lain emosi (19,1%), ketakutan (5,9%), kebingungan (1,6%), konflik (1,1%), dan agresif (0,5%).

Dalam novel "Menyusu Celeng" karya Sindhunata, SJ memaparkan dengan jelas dinamika tekanan psikologis yang diterima masyarakat dan juga Si pelukis. Tekanan psikologis yang diterima oleh masyarakat pun beragam yang disebut sebagai sumber tekanan yang dibuat oleh ulah "celeng". Pelukis dalam cerita tersebut lebih banyak menampilkan dampak positif (eustress) dengan melukiskan celeng dan juga berefleksi atas situasi yang ada; namun selain itu masyarakat yang terlibat dalam cerita tersebut lebih banyak muncul dengan kondisi negatif distress. Distress yang dimunculkan pada masyarakat adalah sikap agresif untuk melawan celeng; dicontohkan dengan masyarakat yang sudah emosi dengan kelakuan celeng bertindak membabi buta.

Bagian emosi terbagi atas dua hal, yaitu emosi positif dan emosi negatif. Hal tersebut tentunya didasari oleh situasi dan keadaan di sekitar seseorang tersebut yang tidak kondusif seperti adanya konflik. Novel "Menyusu Celeng" di dalamnya dipaparkan dengan sangat jelas emosi yang dimunculkan baik emosi positif maupun emosi negatif. Emosi positif ditunjukkan pada reaksi masyarakat bersorak, bernyanyi-nyanyi dengan gembira saat mereka telah menangkap celeng, dan menggotongnya keluar. Emosi negatif dipaparkan mengenai emosi akibat ulah celeng yang meresahkan. Manusia yang mempunyai kekuasaan dan berperilaku seperti celeng rakus dan merampas kekayaan yang ada dan membuat rakyat sengsara itulah sumber emosi mereka. Perilaku rakus manusia diibaratkan seperti celeng tersebut yang memunculkan emosi marah. Mereka berteriak-teriak seakan ingin mencari dan memusnahkan celeng tersebut.

Bahwa stress itu dipengaruhi dari beberapa faktor termasuk dari faktor eksternal. Seperti dalam novel "Menyusu Celeng" dari orang berkelakuan celeng. Terdapat dua dampak eustress dan distress sehingga menjadi individu yang sehat berasal dari apa yang dilakukan oleh Si pelukis.

SIMPULAN

Pada bagian ini peneliti ingin memaparkan mengenai kesimpulan hasil dari penelitian mengenai faktor tekanan psikologis yang telah ditemukan dalam novel "Menyusu Celeng". Faktor tekanan psikologis yang ditemukan pada novel "Menyusu Celeng" lebih besar persentasenya dipengaruhi oleh lingkungan. Lingkungan yang tidak kondusif memberikan dampak tekanan psikologis bagi seseorang. Situasi sosial yang kacau karena ulah celeng yang rakus membuat masyarakat tentunya mengalami tekanan psikologis. Masyarakat dibuat miskin dan menderita oleh ulah penguasa ataupun orang berkelakuan celeng rakus.

Dampak tekanan psikologis yang dialami oleh masyarakat yang teridentifikasi pada novel "Menyusu Celeng" karya Sindhunata, SJ lebih banyak berdampak positif; mengingat masyarakat dan Si pelukis dengan membuat lukisan dengan menemukan inspirasi dari setiap peristiwa atau berefleksi atas situasi yang tidak kondusif tersebut. Dengan melakukan hal-hal positif pada saat melakukan tekanan psikologis, maka tentunya juga akan berdampak positif bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

Perilaku yang muncul paling banyak pada saat seseorang memberikan tekanan psikologis bagi orang lain adalah bertindak agresif. Tindakan yang agresif ini tentunya seperti perilaku dan tindakan celeng yang membabi buta mencuri atau menggerus apa yang dilihat demi kekayaan perutnya, demikian juga manusia yang mempunyai perilaku celeng. Hal tersebut membuat masyarakat pun menjadi resah namun mereka punya daya untuk mencari dan menyelesaikan persoalan seseorang ataupun penguasa yang punya sifat dan sikap celeng.

REFERENSI

- Annisa, Yustia Nova; Eka Wahyuni. 2020. STRES REMAJA: KEBUTUHAN VIDEO MINDFULNESS BREATHING MEDITATION UNTUK MENGURANGI STRES REMAJA. Universitas Negeri Jakarta.
- Azzahra, Fatimah. 2017. PENGARUH RESILIENSI TERHADAP DISTRES PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA. Vol. 05, No.01. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang. JIPT
- CNN Indonesia. 2020. Ramairamai Tolak Omnibus Law Cipta Kerja. Dicuplik: 10 Maret 2023. Pukul 11.27 WIB. Link: <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20201007080539-20-555272/ramai-ramai-tolak-omnibus-law-cipta-kerja>
- Cuva, A. (2015). Connecting the Dots: A Review of Traversing the Uncharted Arena of Computer Assisted Qualitative Data Analysis Software: Mapping Out QDA Miner 4.1 as a FirstTime User. The Qualitative Report. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2014.1415>.
- Sahara, Wahyuni. Kompas.com. "Awal Mula Kasus Korupsi Bansos Covid-19 yang Menjerat Juliari hingga Divonis 12 Tahun Penjara. Jakarta 2021 <https://nasional.kompas.com/read/2021/08/23/18010551/awal-mula-kasus-korupsi-bansos-covid-19-yang-menjerat-juliari-hingga-divonis>

- Danu Damarjati. Detik News. 2019. 2019 Tahunnya Aksi Massa: Mahasiswa-Pelajar Demo di mana-mana. Di cuplik: 7 Februari 2023. Pukul 11.26 WIB. Link: <https://news.detik.com/berita/d-4841956/2019-tahunnya-aksi-massa-mahasiswa-pelajar-demo-di-mana-mana/2>
- Dea Krismadana, Sita. 2020. "Ketidaksadaran Gabriel Possenti Sindhunata dalam novel Menyusu Celeng 2019": Suatu tinjauan Psikologi Sastra. Vol. 22, No. 2. Nuansa Indonesia, Universitas Sebelas Maret.
- KOMPASTV. Kreativitas Saat Pandemi, Pemuda Melukis Dengan Jerami. 31 Oktober 2020. Di cuplik: 11 November 2022. Pukul 11.15 WIB Link: <https://www.youtube.com/watch?v=Er1vHmQTdn4>
- TRANS7 Lifestyle. Kreasi Para Millennial Cari Cuan Di Masa Pandemi. 9 Agustus 2021. Di cuplik: 15/November/2022. Pukul 07.38 WIB. Link: <https://www.youtube.com/watch?v=-bbkAVoWfd8>
- Gamayanti, Witrin, Mahardianisa, Isop Syafei. 2018. Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. Volume 5 Nomor 1. UIN Sunan Gunung Djati. Bandung.
- Gaol, Nasib Tua Lumban. 2016. Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. Buletin Psikologi, Vol. 24, No. 1, 1 – 11. National Taiwan Ocean University (NTOU).
- Ika. (2021). "Psikolog UGM Paparkan Perilaku Ghosting". <https://www.ugm.ac.id/id/berita/20898-psikolog-ugm-paparkan-perilaku-ghosting> diakses pada Rabu 23 Februari 2022 pukul 16.20 WIB.
- Islamia, Intan, Euis Sunarti, Neti Hernawati. 2019. Tekanan Psikologis dan Kesejahteraan Subjektif Keluarga di Wilayah Perdesaan dan Perkotaan. ANFUSINA: JOURNAL OF PSYCHOLOGY. Volume 2, Nomor 1, April Tahun 2019.
- Minderop, Albertin. Psikologi Sastra (karya sastra, metode, teori dan contoh kasus). 2016. Yayasan Pustaka Obor Indonesia. Jakarta.
- Muslim, Moh. 2020. MANAJEMEN STRESS PADA MASA PANDEMI COVID-19. Jurnal Manajemen Bisnis, Vol. 23 No. 2. Institut Bisnis Nusantara.
- Pratiwi, Indah Wulan 2021. Kasus Korupsi Bansos Covid-19 dan Dampak Sosiologinya Bagi Masyarakat. <https://www.kompasiana.com/indah59439/61c8a16717e4ac1714376822/kasus-korupsi-bansos-dimasa-covid-19-dan-dampak-sosiologinya-bagi-masyarakat-yang-berdampak> Diakses pada: 23/11/2022 Pukul: 10.56 WIB
- Prawitasari, Joana E. Psikologi Klinis (Pengantar Terapan Mikro & Makro) 2011. Penerbit Erlangga & PT. Gelora Aksara Pratama. Jakarta.
- Ratnawati, Diah, Ismi Dyah Astari. (2019). Jurnal Profesi Medika. Hubungan tingkat stress dengan perilaku berpacaran pada remaja di SMA X Cawang Jakarta Timur. Volume 3 No. 01.
- Sarafino, E. P., & T.W Smith. (1994). Health Psychology: Biopsychosocial and Interaction. United States of America: John Wiley & Sons.
- Sarosa, samiaji. 2021. "Analisis Data Penelitian Kualitatif" Cetakan-1. PT. Kanisius, Yogyakarta.
- Sarwono, Jonathan. "Mixed Methods". 2011. PT. Elex Media Komputindo. Jakarta.
- Sidik, Humar. Ika Putri Sulistyana. Hermeneutika Sebuah Metode Interpretasi Dalam Kajian Filsafat Sejarah. 2021. JURNAL AGASTYA VOL 11 NO. 1. Universitas Muhammadiyah Prof. Dr.
- Sugiyono. Metode Penelitian Kualitatif. 2022. Alfabeta. Bandung.