

Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dengan *Self Regulation* Bidang Akademik pada Santri Kelas 1 Aliyah di Pesantren X Bandung

The Relationship Between Peer Support with Academic Self Regulation in Class 1 Aliyah Students at X Bandung Islamic Boarding School

¹Aliya Amalia, ²Makmuroh Sri Rahayu, ³Andhita Nurul Khasanah

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116
email : ¹aliyaamalia30@gmail.com, ²makmurohsrir@yahoo.com, ³andhitanurul@yahoo.com

Abstract. Pesantren X Bandung organizes tahfidz Al-Qur'an program with a target of 30 juz (3 years), 10 juz (1 year), and 5 juz (1 semester). To achieve this target, Islamic boarding schools have a tight schedule. In reality, santri are not able to reach the target. The things that become obstacles are the lack of being able to organize themselves. This can happen because students feel that friends who are in the pesantren do not provide support. The purpose of this study was to obtain data about how closely the relationship between peer support with academic self-regulation in class 1 Aliyah students at the X Bandung Islamic Boarding School. The research method used is the correlational method. The technique used is population study with 60 subjects. Social support data uses the concept of Sarafino theory, and self regulation uses the concept of Zimmerman theory. The measuring instrument is a self-made questionnaire, after seeing its validity and reliability. Data processing uses Rank Spearman correlation test. From the test data analysis that hypothesis testing is accepted with $r = 0.703$. Thus, the lower the peer support, the lower the self-regulation of academic fields at the X Bandung Islamic Boarding School.

Keywords: Social Support, Self Regulation, Santri

Abstrak. Pesantren X Bandung menyelenggarakan program tahfidz Al-Qur'an dengan target 30 juz (3 tahun), 10 juz (1 tahun), dan 5 juz (1 semester). Untuk mencapai target tersebut, Pesantren memiliki jadwal yang ketat. Dalam kenyataannya, santri tidak mampu mencapai target. Hal-hal yang menjadi hambatannya adalah kurangnya mampu mengatur diri. Hal ini dapat terjadi karena santri merasa teman-teman yang berada di pesantren kurang memberikan dukungan. Tujuan penelitian ini untuk memperoleh data mengenai seberapa erat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *self regulation* bidang akademik pada santri kelas 1 Aliyah di Pesantren X Bandung. Metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasional. Teknik yang digunakan yaitu studi populasi dengan jumlah subjek 60 orang. Data dukungan sosial menggunakan konsep teori Sarafino, dan *self regulation* menggunakan konsep teori Zimmerman. Alat ukurnya adalah kuesioner yang dibuat sendiri, setelah melihat validitas dan reliabilitasnya. Pengolahan data menggunakan uji kolerasi *Rank Spearman*. Dari uji analisis data bahwa uji hipotesis diterima dengan $r = 0,703$. Dengan demikian, semakin rendah dukungan teman sebaya, maka semakin rendah *self regulation* bidang akademik di Pesantren X Bandung.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, *Self Regulation*, Santri

A. Pendahuluan

Pesantren X Bandung menyelenggarakan program tahfidz Qur'an dengan target 30 juz (3 tahun), 10 juz (1 tahun), dan 5 juz (1 semester). Pesantren ini memiliki jadwal yang cukup ketat dari pukul 03.30-21.00 WIB. Santri wajib mengikuti jadwal kegiatan di atas. Apabila santri melanggar atau terlambat dalam mengikuti kegiatan Pesantren, maka ia akan diberi hukuman. Hukuman yang diberikan antara lain membersihkan kamar mandi, membersihkan kelas, dan membersihkan mushala. Bagi santri yang terus mengulang kesalahan dengan tidak menyetorkan hafalan, akan diperingatkan oleh ustadz dengan hukuman selama satu minggu. Pelanggar harus menyampaikan kultum (kuliah tujuh menit) dalam bahasa Arab di mesjid setiap ba'da Dzuhur. Santri yang hafalan Al-Qur'an lebih dari 3 tahun akan dinyatakan tidak lulus dan harus mengulang satu tahun lagi dengan mata pelajaran yang sudah diberikan, meskipun telah dinyatakan lulus.

Dengan padatnya kegiatan tersebut di atas, Pesantren mengharapkan santri mampu mengatur diri, seperti: kapan belajar, bermain, dan istirahat, agar dapat selesai

tepat waktu. Namun kenyataannya, menurut Ustadz, santri tidak mencapai target yang ditentukan yaitu hafal Al-Qur'an sebanyak 5 juz dalam satu semester, dan nilai belajar di bawah KKM yaitu 7. Akibat tidak tercapainya target di atas, berdampak pada jumlah hafalan berikutnya, dan dinilai akan terlambat lulus dalam waktu 3 tahun. Selain itu, kemungkinan akan berkurangnya santri-santri yang mendapatkan beasiswa ke luar negeri akan semakin kecil, karena syarat untuk mendapatkan beasiswa tidak terpenuhi. Pesantren pun dirugikan, karena produktivas kelulusan dinilai menurun.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 15 orang santri, mereka mengatakan bahwa sistem pembelajaran di Pesantren jauh berbeda dari pengalaman mereka di sekolah sebelumnya. Perbedaan sistem belajar di pesantren antara lain adanya kegiatan belajar di malam hari, tugas yang berat untuk menghafal Al-Qur'an yang cukup banyak, dan peraturan yang ketat. Maka, santri merasa kesulitan dalam menghadapi tuntutan belajar/pendidikan di Pesantren. Hal inilah yang membuat santri sering menunda-nunda tugas yang diberikan oleh ustadzah, sehingga mengerjakan tugas seadanya. Begitupun dengan menghafal Al-Qur'an. Mereka baru menghafal Al-Qur'an beberapa jam saat akan di-tes, sehingga santri kurang lancar dalam hafalannya. Santri langsung menyerah saat kesulitan menghafal Al-Qur'an, teralihkannya perhatiannya ketika menghafal. Santri terkadang hanya menghafal surat yang jadi favoritnya. Selanjutnya, santri tidak memiliki jadwal yang dibuat sendiri, sehingga seringkali terganggu dengan kegiatan lain.

Berdasarkan fenomena di atas, para santri terindikasikan memiliki *self regulation* yang rendah. *Self regulation* adalah suatu proses dimana individu mengaktifkan pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang telah direncanakan dan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan siswa untuk mempengaruhi belajar dan motivasi (Schunk 1994; Zimmerman, 1989,1990,2000, Zimmerman & Kitsantas,1996; dalam Boekaerts, 2000).

Self regulation dipengaruhi oleh berbagai hal, antara lain dukungan sosial. Dukungan sosial berasal dari lingkungan sosial, seperti orang tua, guru, dan teman (Zimmerman, dalam Boekaerts, 2000). Dukungan sosial yang diterima (*received*) dan dirasakan (*perceived*) oleh individu, bisa meningkatkan *self regulation*. Sementara itu, fenomena di Pesantren menunjukkan bahwa para santri jauh dari orang tua, sedangkan lingkungan sosial yang dihadapi dan berinteraksi sehari-hari adalah hanya guru dan teman-teman. Guru lebih banyak memberikan tuntutan, sehingga santri segan meminta bantuan ketika mengalami kesulitan. Adapun kepada teman-teman sebayanya, santri merasa lebih nyaman dan bisa terbuka karena merasa memiliki situasi dan usia yang sama. Maka, dukungan yang ia sangat harapkan yaitu dukungan yang diterima santri dari teman-teman sebayanya (*Received*).

Hasil wawancara dengan 15 orang santri menunjukkan, bahwa saat mengalami kesulitan, baik dalam menghafal maupun mata pelajaran lainnya, maka satu-satunya dukungan yang santri harapkan yaitu dukungan dari teman sebaya. Namun kenyataannya, harapan itu tidak diperoleh. Sebab, saat santri mengalami kesulitan dalam menghafal, maka teman-teman yang diharapkan bantuannya jarang memberitahu bagaimana cara menghafal yang baik. Alasannya, teman-teman itu sibuk dengan urusan mereka sendiri. Selanjutnya, teman-temannya sering menyalahkan ketika dihukum, karena tidak menyetorkan hafalan. Padahal, teman-temannya tidak pernah mengajak untuk belajar dan menghafal bersama. Ketika santri merasa kebingungan dalam mengerjakan tugas, teman-temannya tidak pernah bertanya, apalagi menawarkan bantuan. Ketika santri sedang bercerita tentang masalah dan kesulitan yang dihadapi, maka teman-temannya kurang menanggapi. Kemudian saat menangis, teman-

temannya kurang peduli terhadapnya, hanya memanggil guru tanpa menanyakan alasan dirinya menangis. Ringkasnya, santri tampaknya tidak mendapatkan dukungan sosial dari teman-temannya di Pesantren.

Dilihat dari latar belakang yang telah dijelaskan di atas, bahwa *self regulation* memiliki keterkaitan dengan dukungan teman sebaya. Dimana dukungan teman sebaya bagi santri itu penting karena santri berada pada usia remaja, dan adanya dukungan teman sebaya akan membawa keberhasilan dalam perkembangannya, salah satunya dapat meningkatkan *self regulation* (Mappier, dalam Walgito, 2000). Maka, hal ini penting untuk mengatasi permasalahan yang dialami santri. Tujuan dari penelitian ini adalah mendapatkan data empiris mengenai hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *self regulation* pada siswa kelas 1 aliyah di Peantren X Bandung.

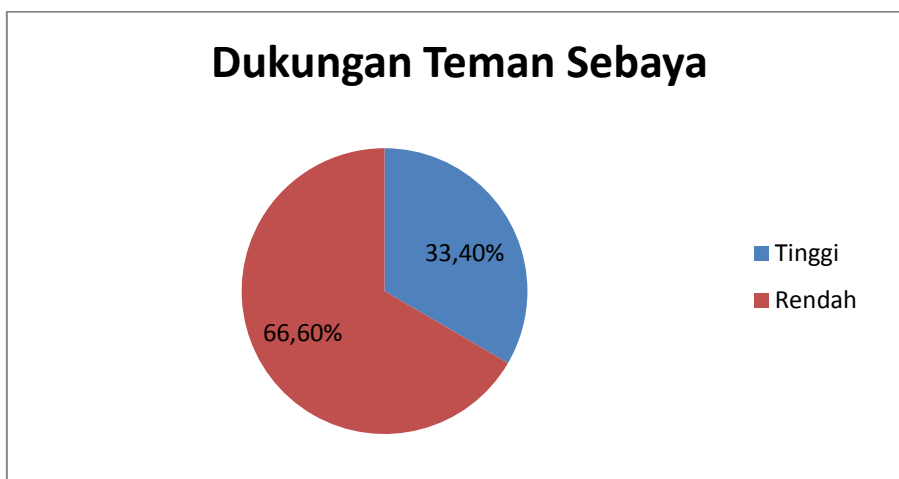
B. Landasan Teori

Dukungan Sosial, Dukungan sosial merupakan penerimaan seseorang dari orang lain atau kelompok berupa kenyamanan, kepedulian, penghargaan atau bantuan lainnya yang membuat individu merasa bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong (Uchino, 2004 dalam Sarafino, 2011 : 81). Bentuk Dukungan sosial antara lain : (1) *Emotional Support* mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan sehingga individu merasa nyaman, aman, juga merasa dicintai saat individu sedang mengalami tekanan atau dalam keadaan stress. (2) *Tangible or Instrumental Support*, dukungan yang berupa bantuan secara langsung dan nyata seperti berupa materi atau jasa. (3) *Informational Support* mencakup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik. (4) *Companionship Support*, mencakup pada kesediaan suatu kelompok untuk menghabiskan waktu secara bersama.

Self Regulation, Self regulation merupakan suatu proses dimana individu mengaktifkan pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang telah direncanakan dan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan siswa untuk mempengaruhi belajar dan motivasi (Schunk 1994; Zimmerman, 1989,1990,2000, Zimmerman & Kitsantas,1996; dalam Boekaerts, 2000). *Self regulated* ini terbagi menjadi 3 fase, yaitu : (1) *Forethought* adalah suatu proses yang terjadi sebelum adanya usaha-usaha untuk bertindak dan berpengaruh terhadap usaha-usaha tersebut dengan melakukan persiapan pelaksanaan tindakan tersebut. (2) *Performance atau Volitional Control* adalah proses yang terjadi selama usaha itu berlangsung dan pengaruhnya terhadap persiapan pelaksanaan yang telah dibuat dan tindakan yang dilakukan. (3) *Self Reflection* adalah proses yang telah terjadi setelah adanya usaha-usaha yang dilakukan pada fase performance dan mempengaruhi reaksi individu terhadap pengalamannya tersebut.

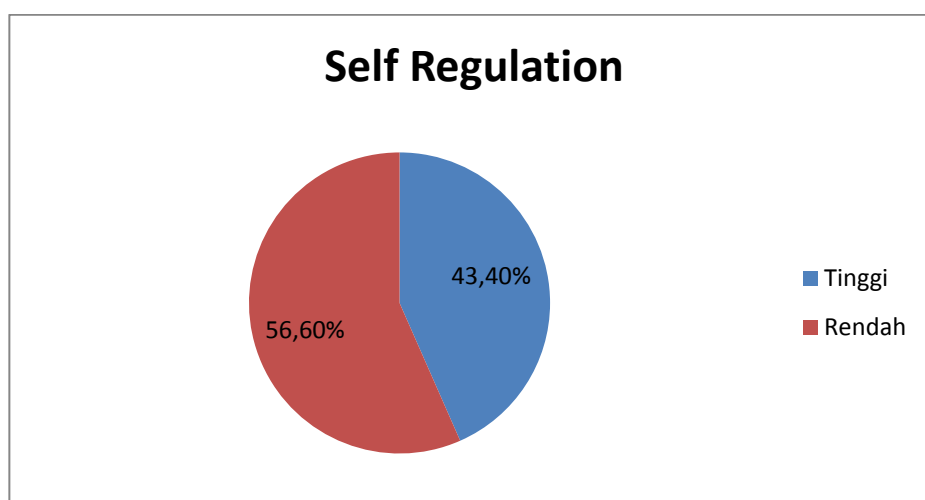
Santri adalah para siswa yang mendalami ilmu-ilmu agama di pesantren baik dia tinggal di pondok maupun pulang setelah selesai waktu belajar. Santri dibagi menjadi dua kelompok sesuai dengan tradisi pesantren yang diamatinya, yaitu: (1) Santri mukim, yakni para santri yang menetap di pondok, biasanya diberikan tanggung jawab mengurus kepentingan pondok pesantren. Bertambah lama tinggal di Pondok, statusnya akan bertambah, yang biasanya diberi tugas oleh kyai untuk mengajarkan kitab-kitab dasar kepada santri-santri yang lebih junior. (2) Santri kalong, yakni santri yang selalu pulang setelah selesai belajar atau kalau malam ia berada di pondok dan kalau siang pulang kerumah (Imroni, 2017).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan



Gambar 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Teman Sebaya

Berdasarkan diagram 1 dapat diketahui bahwa dari 60 santri, terdapat 40 (66,6%) santri mendapatkan dukungan teman sebaya yang rendah, sedangkan 20 santri lain (33,4%) mendapatkan dukungan teman sebaya yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar santri mendapatkan dukungan dari teman sebaya yang rendah, dimana tidak adanya pemberian perhatian, kepedulian, bantuan secara nyata, tidak adanya feedback yang diterima, dan penghargaan.



Gambar 2. Distribusi Frekuensi *Self Regulation*

Berdasarkan diagram 2 dapat diketahui bahwa dari 60 santri, terdapat 34 (56,6%) santri yang memiliki *self regulation* yang rendah, sedangkan 26 santri lain (43,4%) memiliki *self regulation* yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar santri memiliki *self regulation* yang rendah dalam belajar dan menghafal. Santri tidak memiliki perencanaan dalam mencapai suatu tujuan, meskipun ada dalam perencanaan namun seringkali perencanaan tersebut berubah, kemudian sering menunda tugas, tidak memiliki target menghafal, kesulitan dalam mengendalikan perhatian sehingga sering teralih dengan hal-hal yang mengganggu konsentrasi dan emosi, serta sering menyerah saat merasa kesulitan.

Tabel 1. Tabel Hasil Kolerasi Dukungan Teman Sebaya serta Aspek-Aspek Dukungan Teman Sebaya dengan *Self Regulation*

Kolerasi	Nilai Kolerasi	Keeratan Kolerasi
Kolerasi dukungan teman sebaya dengan <i>self regulation</i> bidang akademik santri	0,703	Tinggi
Kolerasi <i>emotional support</i> dengan <i>self regulation</i> bidang akademik santri	0,660	Cukup
Kolerasi <i>tangible or instrumental support</i> dengan <i>self regulation</i> bidang akademik santri	0,571	Cukup
Kolerasi <i>informational support</i> dengan <i>self regulation</i> bidang akademik santri	0,514	Cukup
Kolerasi <i>companionship support</i> dengan <i>self regulation</i> bidang akademik santri	0,520	Cukup

Dari hasil uji kolerasi antara dukungan teman sebaya dengan *self regulation* bidang akademik pada santri kelas 1 aliyah Di Pesantren X Bandung diperoleh $r = 0,730$, nilai tersebut termasuk dalam kategori tinggi. Artinya semakin rendah dukungan teman sebaya maka semakin rendah pula *self regulation* bidang akademik pada santri kelas 1 aliyah Di Pesantren X Bandung.

Pada hasil uji kolerasi yang telah di sebutkan di atas, menjelaskan bahwa ada hubungan yang erat antara dukungan teman sebaya dengan *self regulation*. Pada pernyataan tersebut menjelaskan bahwa adanya dukungan teman sebaya berperan penting bagi santri dalam menghadapi kegiatan belajar di pesantren yang akan membuat *self regulation* santri tinggi. Hal tersebut sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi *self regulation* yaitu pribadi, tingkah laku, dan lingkungan (Zimmerman, dalam Boekaerts, 2000). Faktor lingkungan sosial dipandang oleh para peneliti sebagai sumber untuk meningkatkan *self regulation* (dalam Boekaerts, 2000). Faktor lingkungan sosial yang dianggap oleh para peneliti sebagai sumber untuk meningkatkan *self regulation* diantaranya yaitu dukungan sosial. hal ini pun sejalan dengan teori yang berpendapat bahwa kurangnya dukungan sosial akan menyebabkan individu menjadi kurang mampu menyelesaikan masalah (Garmezy dan Rutter 1983:23, dalam Nurlailiwangi, Rahayu, dan Juwita, 2011). Maka, ketika santri mendapat dukungan teman sebaya yang rendah, ia akan kurang mampu dalam menyelesaikan kesulitan yang dihadapi. Kemudian, dukungan sosial bermacam-macam salah satunya adalah dukungan dari teman sebaya. Secara konsep teori, teman itu berperan penting untuk mendukung regulasi diri individu. Dimana dukungan teman sebaya dapat meningkatkan regulasi diri santri, karena hal tersebut penting bagi individu khususnya remaja, dimana keberadaan mereka itu akan memberikan dampak kepada diri individu (Mappier, dalam Walgito, 2000).

Dari hasil penelitian ini *Emotional Support* memiliki kolerasi paling tinggi *self*

regulation bidang akademik dibandingkan dengan aspek-aspek lainnya. Diperoleh kolerasi sebesar 0,660. Maka aspek *emotional support* merupakan aspek paling penting dan dibutuhkan bagi santri. Hal tersebut terjadi pada santri di Pesantren yang berada fase remaja. Dimana pada masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan atau kesulitan karena pada masa remaja sering timbul pandangan yang kurang baik atau bersifat negatif. Stereotip demikian mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya (Hurlock, 2002). Menurut kajian teori, apabila keyakinan atau *belief* seorang remaja terbentuk dalam nuansa negatif, maka hal ini tentu akan semakin mempengaruhi terhadap pembentukan jati diri dan keyakinannya terhadap dirinya, baik di masa sekarang ataupun masa mendatang (Khasanah, Damayanti, dan Sirodj 2017). Maka dengan adanya *emotional support*, dapat mengurangi pandangan yang bersifat negatif, karena individu merasa bahwa dirinya mendapat perhatian dan dorongan dari orang lain bahwa dirinya bisa menyelesaikannya, sehingga permasalahan yang dialami bisa terselesaikan. Apabila dilihat pada santri di Pesantren, santri memiliki jadwal yang padat, dan tugas yang banyak untuk kerjakan, dan tinggal jauh dengan orang tua sehingga terkadang merasa memiliki pandangan negatif, bahwa tidak bisa menyelesaikan tugas dan mengikuti semua kegiatan dengan baik sehingga menunda-nunda pekerjaan, dan lain sebagainya. Namun, ketika ada teman yang memberikan rasa empati, perhatian, memberikan penghargaan positif, dan memberikan dorongan kepada santri yang mengalami kesulitan dalam belajar dan menghafal, maka santri akan merasa bahwa dirinya akan yakin dapat mengerjakannya

Adapun aspek yang paling kecil kolerasinya dengan *self regulation* bidang akademik dibandingkan dengan aspek lainnya yaitu *Informational Support*. Hal tersebut menjelaskan bahwa memberikan *feedback* dan informasi yang diterima oleh santri ketika santri melakukan hal yang buruk itu dibutuhkan. Contohnya, teman-temannya mengingatkan untuk menghafal, membiarkan saat apa yang dilakukan salah seperti tidur larut malam karena terlalu sibuk organisasi, sibuk mengurus organisasi sehingga lupa untuk menghafal. sebagaimana karakteristik remaja, bahwa remaja merupakan usia bermasalah yang melakukan suatu kesalahan tanpa memikirkan apa akibat dari yang dilakukan (Hurlock, 2002). Maka, *informational support* dibutuhkan bagi santri, agar santri dapat mengatur diri antara belajar dan kegiatan lain. Meskipun demikian, *informational support* tidak terlalu dibutuhkan seperti *emotional support*.

D. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Terdapat keeratan hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *self regulation* bidang akademik Pada Santri kelas 1 aliyah Di Pesantren X Bandung. kolerasinya sebesar $r = 0,730$, artinya memiliki derajat keeratan yang tinggi. Dari data hasil kategorisasi, bahwa sebanyak 40 (66,6%) santri memiliki dukungan teman sebaya yang rendah, dan 34 (56,6%) santri memiliki *self regulation* rendah. Dengan demikian menunjukkan semakin rendah dukungan teman sebaya, maka semakin rendah *self regulation* bidang akademik Pada Santri kelas 1 aliyah Di Pesantren Madinatul Ulum Bandung.

Diantara aspek-aspek dukungan teman sebaya, *Emotional Support* adalah aspek yang memiliki kolerasi yang paling tinggi dengan *self regulation* ($r = 0,660$) Artinya, bahwa semakin santri kurang mendapat rasa empati, perhatian, penghargaan positif, dan mendapat dorongan dari teman sebaya ketika menghadapi tuntutan pembelajaran di Pesantren, maka santri kurang mampu *self regulation* dalam pembelajaran di Pesantren. Dengan demikian, yang paling dibutuhkan oleh santri yaitu *emotional support*.

Aspek yang paling rendah kolerasinya diantara aspek-aspek lain yang berkorelasi dengan *self regulation* adalah *informastional support* berupa pemberian informasi dan *feedback* dari teman sebaya dengan $r = 0,514$. Artinya, bahwa semakin santri kurang mendapat informasi dan *feedback* dari teman sebaya, ketika menghadapi tuntutan pembelajaran di Pesantren, maka santri kurang mampu *self regulation* dalam pembelajaran di Pesantren.

Saran

Pihak Pesantren Madinatul Ulum Bandung memberikan pengarahan kepada santri khususnya santri yang baru masuk, bahwa di Pesantren perlu kerjasama dengan teman untuk mencapai tujuannya dalam bidang akademik, sehingga tingkah laku belajar santri dapat berjalan efektif. Kemudian mengadakan kegiatan yang dapat meningkatkan *emotional support* seperti melakukan muhasabah, kegiatan mengenai kerjasama. Kemudian selain itu, pihak pesantren pun memberikan informasi kepada para ustadz dan ustadzah bahwa dukungan pada aspek *Emotional Support*, sangat dibutuhkan oleh santri dalam meningkatkan *self regulation*.

Bagi Pesantren diharapkan dalam pembinaan 6 bulan, santri tidak hanya diajarkan Al-Qur'an saja, tetapi dikenalkan dan diikutsertakan mengenai sistem pembelajaran di Pesantren.

Untuk penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai kontribusi dari dukungan teman sebaya dengan *self regulation* bidang akademik.

Daftar Pustaka

- Ali, Mohammad. Dan Asrori, Mohammad. (2004). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Boekaerts, Monique, Pintrich, Paul .R, and Zeidner, Moshe. (2000). *Handbook Of Self Regulation*, Academic Press, London.
- Hurlock, E.B. (2002). *Psikologi Perkembangan : suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Imroni, Achmad.(2017). *Pergeseran orientasi santri salaf dan modern: analisis komparasi di pondok pesantren Langitan Widang Tuban dan pondok modern internasional ar-Risalah Slahung Ponorogo*. Masters thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya library.
- Khasanah, A. Damayanti, T. Sirodj, D. (2017). *Gambaran Negative Automatic Thoughts Pada Remaja Korban Bullying di Sekolah Menengah Pertama Kota Bandung*. Fakultas Psikologi UNISBA.
- Mahmud,Mahmud. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Noor, Hasanuddin. (2009). *Psikometri Aplikasi Penyusunan Instrumen Perilaku*. Bandung: Jauhar Mandiri.
- Nurlailiwangi, Rahayu, dan Juwita. (2011). *Studi Mengenai Dukungan Sosial Orang Tua Dalam Melatih "Self Help" Anak yang Mengalami "Down Syndrome" di PKA PUSPPA Suryakanti Bandung*. Prosiding Unisba.
- Nur Azezah Zein. (2016). *Hubungan dukungan teman sebaya dengan motivasi mahasiswa mengerjakan skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*. Skripsi. Fakultas Dakwah dan Komunikasi. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Repository.
- Sarafino, E.P . Timothy W. Smith. (2011). *Health Psychology : Biopsychosocial*

interaction, 7th edition. Amerika Serikat : John Wiley & Sons, inc. _____ 1990.
Health psychology : Biopsychosocial interaction. New York : John Wiley & Sons,
inc.

Sarlito, Wirawan Sarwono. (2002). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo
Persada.

Sugiyono, Dr. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : CV Alfabeta.

Walgito, Bimo. 2000. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset