

PERAN HUMOR GURU DALAM MENGELOLA STRESS AKADEMIK SISWA

Syeh Sarip Hadaiyatullah

Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

syehsarip@radenintan.ac.id

Sri Legi Rahmadani

Pondok Pesantren Darul Falah Sosa

srilegirahmadani@gmail.com

Cindy Afsa Harahap

SMA N 1 Balige

Cindyharahap286@gmail.com

Alya Putri Mora

MAN 1 Padangsidempuan

Putrimorasiregaralya@gmail.com

Article History:

Received : 29 Nopember 2025

Accepted : 15 Januari 2026

Published: 2 Februari 2026

Abstrak. *Academic stress is a common problem experienced by students as a result of learning demands, task pressure, and expectations from the school environment. If not properly managed, this condition can decrease learning motivation, cause fatigue, and hinder students' psychological and academic development. This study aims to examine the role of teacher humor in managing students' academic stress through a comprehensive literature review. Humor is understood as a pedagogical strategy that can create a positive classroom atmosphere, reduce emotional tension, and enhance interpersonal relationships between teachers and students. This research employs the library research method, which involves collecting, reviewing, and analyzing various literature sources such as scientific journals, books, research reports, and academic articles relevant to the theme of teacher humor and academic stress. The findings indicate that teacher humor plays a significant role in helping students reduce academic stress. Appropriate humor can create an enjoyable learning environment, increase students' self-confidence, strengthen the positive psychological climate of the classroom, and help students feel more relaxed in facing academic demands. In addition, humor improves the quality of teacher-student interaction, making students more open in expressing the academic difficulties they encounter.*

Keywords:

Teacher Humor, Academic Stress, Manage

Abstrak. Stres akademik merupakan permasalahan yang umum dialami siswa akibat tuntutan belajar, tekanan tugas, serta ekspektasi dari lingkungan sekolah. Kondisi ini, apabila tidak dikelola dengan baik, dapat menurunkan motivasi belajar, menimbulkan kejenuhan, dan menghambat perkembangan psikologis serta akademik siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran humor guru dalam mengelola stres akademik siswa melalui telaah pustaka yang komprehensif. Humor

dipahami sebagai strategi pedagogis yang mampu menciptakan suasana kelas yang positif, menurunkan ketegangan emosional, dan meningkatkan hubungan interpersonal antara guru dan siswa. Penelitian ini menggunakan metode library research, yaitu penelitian yang dilakukan dengan menghimpun, menelaah, dan menganalisis berbagai sumber literatur seperti jurnal ilmiah, buku, laporan penelitian, serta artikel akademik yang relevan dengan tema humor guru dan stres akademik siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa humor guru memiliki peran signifikan dalam membantu siswa mengurangi stres akademik. Humor yang tepat mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, meningkatkan rasa percaya diri siswa, memperkuat iklim psikologis positif di kelas, serta membantu siswa lebih rileks dalam menghadapi tuntutan belajar. Selain itu, humor juga memperbaiki kualitas interaksi guru-siswa, sehingga siswa lebih terbuka dalam menyampaikan permasalahan akademik yang mereka hadapi.

A. PENDAHULUAN

Salah satu elemen penting dalam pembangunan suatu negara adalah pendidikan (Sri Wilda et al., 2024). Kualitas pendidikan dapat dilihat dari akademik siswa. Sementara stres akademik merupakan salah satu persoalan yang banyak dialami siswa dalam proses pendidikan. Siswa yang mengalami stres disekolah merupakan stres akademik. Karena ketidakpastian, proses pendidikan siswa juga tidak jarang mengalami stres. kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan program yang sudah ada di sekolah. Siswa yang mengalami tekanan di sekolah akan mengalami gangguan fisik dan psikologis (Tanjung, 2023). Tuntutan penyelesaian tugas, tekanan untuk mencapai prestasi, serta ekspektasi dari guru dan lingkungan sekolah seringkali menimbulkan beban psikologis yang berdampak pada turunnya motivasi belajar, berkurangnya konsentrasi, hingga munculnya kelelahan mental. Jika tidak ditangani dengan baik, stres akademik dapat menghambat perkembangan emosional dan intelektual siswa. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengelolaan stres akademik menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam kegiatan pembelajaran (Nurdin, 2021).

Salah satu pendekatan yang kini mendapat perhatian dalam dunia pendidikan adalah penggunaan humor oleh guru. Humor dipandang sebagai strategi pedagogis yang mampu menciptakan suasana belajar yang lebih

rileks, menyenangkan, dan humanis (S. Siregar et al., 2025). Guru yang mampu menggunakan humor dengan tepat dapat menurunkan ketegangan, meningkatkan keterlibatan siswa, serta membangun iklim emosional positif di kelas. Humor juga memungkinkan adanya hubungan interpersonal lebih dekat antara guru dan siswa, sehingga siswa merasa nyaman untuk mengungkapkan kesulitan akademik yang mereka hadapi (M. A. Siregar, 2022).

Siswa, terutama di tingkat sekolah menengah pertama (MTS), menghadapi tekanan yang lebih besar karena tuntutan akademik yang semakin meningkat di sekolah. Kondisi ini menyebabkan berbagai jenis stres akademik yang berdampak pada kemampuan dan kesehatan mental siswa. Banyak siswa kesulitan mengelola beban akademik, yang sering menyebabkan kecemasan, penurunan motivasi belajar, dan bahkan gangguan kesehatan mental (Bariyyah et al., 2024).

Dalam penelitian terkait humor guru, masih sedikit yang meneliti dan itupun hanya tertuju kepada siswa anak berkebutuhan khusus (Made Indah Pradnyasiwi, I Rai Hardika, 2025). Dengan demikian, penelitian ini memiliki kebaruan (novelty) dalam memfokuskan kajian pada peran humor guru sebagai strategi emosional dan pedagogis yang spesifik dalam menangani stres akademik siswa. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengkaji secara teoritis mengenai peran humor guru dalam mengelola stress akademik siswa.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *library research* atau studi kepustakaan, yaitu penelitian yang dilakukan dengan pengumpulan data yang memeriksa buku-buku, literatur, catatan-catatan, dan laporan yang berkaitan dengan topik peran humor guru dalam mengelola stress akademik siswa (Zainal Efendi Hasibuan, 2024). Metode ini tidak melibatkan pengumpulan data lapangan, tetapi memanfaatkan data konseptual, teoritis, dan hasil penelitian terdahulu sebagai dasar analisis.

Sumber data diperoleh dari berbagai literatur, meliputi: jurnal ilmiah nasional dan internasional, artikel ilmiah, buku akademik dan buku referensi. Literatur yang digunakan dibatasi pada publikasi tahun 2020–2025 agar selaras dengan perkembangan terbaru. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan:

1. Menentukan kata kunci pencarian, seperti “humor guru”, “mengelola”, “stress akademik”, “siswa”.
2. Melakukan pencarian di database seperti Google Scholar, Garuda, Neliti, dan repositori kampus.
3. Memilih literatur yang relevan berdasarkan kesesuaian topik, tahun terbit, metodologi, dan kontribusinya terhadap penelitian.
4. Mencatat informasi penting dari literatur, seperti tujuan penelitian, temuan, teori yang digunakan, dan implikasi pendidikan.

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap: Organisasi Data yaitu Mengelompokkan literatur berdasarkan tema seperti peran humor guru, konsep stress akademik, dan humor guru sebagai strategi pedagogis. Reduksi Data yaitu Memilih informasi inti yang relevan, menghilangkan data yang tidak mendukung fokus penelitian. Sintesis dan Interpretasi yaitu Menghubungkan temuan-temuan dari berbagai sumber untuk menghasilkan pemahaman baru secara komprehensif peran humor guru dalam mengelola stress akademik siswa. Untuk menjaga keabsahan data, penelitian menggunakan: Triangulasi sumber, Cross-check, Dan Kajian kritis.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Konsep Stres Akademik Pada Siswa

Stres adalah suatu perasaan atau situasi yang dialami oleh seseorang. Menjadi seorang pelajar adalah suatu kebanggaan tersendiri bagi banyak orang. Pelajar adalah individu yang memiliki posisi tinggi dalam dunia pendidikan. Namun, posisi yang tinggi tersebut juga membawa beban belajar tambahan untuk menjadi pelajar yang sukses. Oleh karena itu, tanggung jawab dan kewajiban seorang pelajar tidak bisa

dianggap remeh. Ada banyak hal yang dapat membuat seorang pelajar mengalami tekanan. Misalnya, para pelajar di awal tahun ajaran sering kali mudah merasakan stres akibat proses perubahan dalam kehidupan mereka di sekolah (Zakka et al., 2025).

Stres dibagi menjadi dua jenis, yaitu stres yang negatif dan merusak yang dikenal dengan istilah stres. Sementara itu, stres yang bersifat positif dan memberikan manfaat disebut eustress. Setiap orang memiliki respons yang bervariasi terhadap tipe stress ini, di mana dalam kenyatannya stress dapat membuat Sebagian orang merasa putus asa, tetapi bagi orang lain, stress justru bisa menjadi motivasi untuk berkembang lebih baik. (Khoir et al., 2023). Stres akademik menunjukkan penurunan yang signifikan setelah mahasiswa menyaksikan tayangan komedi jika dibandingkan dengan situasi sebelum mereka menontonnya. Pola perubahan pada stres akademik ini juga dapat dilihat melalui analisis harian. Dari penelaahan harian juga ditemukan bahwa tayangan humor memiliki pengaruh positif terhadap penurunan stres akademik bagi mahasiswa. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tayangan humor dapat membantu meredakan tingkat stres akademik pada mahasiswa baik secara global maupun pada level harian. (Lubis & Zahra, 2023).

Adapun Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stres akademik terbagi menjadi dua kategori: faktor internal dan eksternal. Penjelasan lebih lanjut adalah sebagai berikut. Faktor internal yang mengakibatkan stres akademik yaitu

- a. Pola pikir yaitu Seseorang yang merasa tidak dapat mengontrol kejadian di sekitarnya cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi. Semakin besar perasaan bahwa seseorang memiliki kendali atas situasi, semakin sedikit kemungkinan dia merasakan stres.
- b. Kepribadian yaitu Karakter individu siswa dapat mempengaruhi sejauh manamereka dapat menahan stres. Siswa yang memiliki pandangan optimis biasanya mengalami tingkat stres yang lebih rendah dibanding yang pesimis.

Faktor eksternal yang mengakibatkan stres akademik pelajaran lebih padat adalah:

- a. Kurikulum di sistem Pendidikan saat ini berada pada standar yang semakin tinggi. Ini menyebabkan persaingan yang intensif, waktu belajar yang lebih lama dan semakin banyaknya beban yang harus di tanggung oleh siswa. Meskipun hal-hal ini penting untuk kemajuan Pendidikan di sebuah negara, tidak dipungkiri bahwa semua ini menambah Tingkat stress yang dirasakan oleh siswa.
- b. Tekanan untuk berprestasi tinggi : siswa sering kali merasakan tekanan besar untuk mencapai hasil baik dalam ujian mereka. Tekanan ini biasanya datang dari berbagai pihak seperti orangtua, guru, tetangga, teman sebaya dan juga dari diri sendiri. (Barseli et al., 2017)

2. Humor Guru sebagai Strategi Pedagogis

Humor adalah satu bagian kecil dari bidang psikologi manusia. Banyak orang menyukai humor karena dapat memberikan kebahagiaan, kesenangan, tawa, atau membuat seseorang merasa lebih ringan. Meskipun demikian, di sekolah, humor sering kali dianggap sebagai unsur yang tidak terlalu signifikan dalam pembelajaran. Masih jarang pengajar memanfaatkan humor dalam proses belajar mengajar. Akibatnya, banyak orang yang memiliki anggapan bahwa humor hanya memiliki dampak negatif, dilihat sebagai sesuatu yang lucu, konyol, atau sekadar hiburan. Kurangnya humor dalam proses pembelajaran fikih terjadi karena kurangnya pengetahuan tentang manfaat humour dalam belajar. Banyak yang tidak sadar bahwa humor mampu memberikan dampak positif yang besar terhadap kualitas interaksi. Dengan adanya humor, seseorang dapat terhindar dari kebosanan yang berlebihan, sehingga penggunaannya dalam pembelajaran fikih bisa menjadikan proses belajar lebih menyenangkan. (Rahimi & Enny Nazrah Pulungan, 2024)

Dalam proses belajar, terdapat dua elemen yang saling berhubungan, yaitu guru yang berfungsi sebagai penyampai materi dan fasilitator, serta

siswa yang menjadi fokus utama dan penerima pembelajaran. Hubungan yang baik antara guru dan siswa dapat mempengaruhi aktivitas belajar dan menghasilkan hasil belajar yang maksimal. Untuk mencapai hasil yang optimal, siswa perlu memiliki motivasi yang tinggi saat belajar. Oleh karena itu, guru sebagai fasilitator pembelajaran harus mampu menciptakan interaksi yang dapat meningkatkan motivasi siswa agar semangat belajar mereka terbangun selama proses pengajaran. (Rahimi & Pulungan, 2024).

Pembelajaran telah terbukti efektif melalui banyak penelitian oleh para ahli. Humor memainkan peran yang positif dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran. Penambahan humor dapat membantu peserta didik untuk meningkatkan semangat belajar, terutama ketika mereka mengalami penurunan fokus, kejenuhan, kebosanan, atau kurangnya motivasi dalam belajar. Sebenarnya, humor juga dapat memperbaiki daya ingat dan membantu memahami materi yang lebih abstrak. Tawa dapat membuat cara kita berbicara lebih jujur. Dengan cara ini, interaksi antara pengajar dan siswa menjadi lebih jelas. Hal ini memberi kesempatan bagi siswa untuk mengajukan pertanyaan yang sulit, dan pengajar bisa segera memahami dan membantu mereka menemukan jawabannya. (Resilia Tiara, 2022).

Dalam konteks ini, mengelompokkan desain humor untuk pendidikan menjadi dua kategori. Pertama adalah Planned Humor, yang mencakup humor yang sudah direncanakan dan dipersiapkan dengan baik untuk dimasukkan ke dalam materi ajar, sehingga dapat memicu tawa. Semua pengajar dapat menerapkan cara merancang humor ini. Jika seorang pendidik ingin menciptakan humor dalam proses belajar, mereka bisa menggunakan cerita pendek yang lucu, gambar animasi, film animasi, pernyataan konyol, atau bahkan menciptakan permainan kata yang menggelikan. Kedua adalah Unplanned Humor. ini adalah humor yang tidak direncanakan atau tidak terbayangkan sebelumnya. Jenis humor

yang tidak terencana ini membutuhkan kecerdasan tertentu agar dapat diciptakan. (Harefa, 2023)

3. Peran Humor dalam Mengelola Stres Akademik Siswa

Humor merupakan salah satu strategi koping yang efektif dalam membantu siswa mengurangi ketegangan emosional akibat tekanan akademik. Dalam konteks pendidikan, humor tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai alat pedagogis yang dapat meningkatkan kenyamanan psikologis, memfasilitasi hubungan positif antara guru dan siswa, serta menciptakan suasana belajar yang lebih rileks. Ketika siswa mengalami stres akademik baik karena tuntutan tugas, kecemasan menghadapi ujian, maupun tekanan dari lingkungan, kehadiran humor dapat menjadi *buffer* yang mampu menurunkan tingkat kecemasan dan memperbaiki suasana hati (Muhammad Aris Dharmawan, et, 2023).

Menurut Martin dalam rahmayana humor berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui mekanisme relaksasi emosional dan reinterpretasi positif terhadap situasi yang menekan. Dalam lingkungan sekolah, humor yang digunakan secara tepat oleh guru dapat membuat siswa merasa lebih nyaman, sehingga beban stres akademik dapat berkurang. Guru yang mampu menyelipkan humor ringan di kelas biasanya menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan, menurunkan ketegangan, dan meningkatkan fokus belajar siswa (Rahmayana AuditaSuherman, Muh. Fitrah Ramadhan Umar, 2024).

Humor dapat menurunkan tekanan atau stres dalam kelas. Menurut Abdullah ialah menggunakan humor dalam pembelajaran dapat meningkatkan suasana kelas, membuat pelajaran lebih menyenangkan, menarik perhatian siswa, dan meningkatkan interaksi guru-siswa. Menurut Samrin dan Syahrul, proses pembelajaran yang ideal memerlukan komunikasi dua arah (*two-way communication*) atau lebih antara guru dan siswa, dengan berbagai potensi interaksi. Pernyataan yang dibuat oleh

Abdullah, Samrin, dan Syahrul dapat dianggap sebagai kesempatan yang sangat baik bagi guru untuk memungkinkan siswa mereka menerima mereka sebagai teman belajar. Humor membantu guru berkomunikasi dan berinteraksi dengan siswa yang mengalami stres atau tekanan karena beban belajar yang berlebihan (Pastika, 2022).

Selain itu, humor juga memiliki fungsi sosial yang dapat memperkuat hubungan interpersonal antar siswa maupun dengan guru. Interaksi yang hangat dan penuh humor dapat menumbuhkan dukungan sosial, yang merupakan salah satu faktor penting dalam mengatasi stres akademik. Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang sering terlibat dalam interaksi positif dengan guru dan teman sebaya melalui humor cenderung memiliki tingkat stres akademik yang lebih rendah (Zahra, 2023). Dalam perspektif psikologi positif, humor merupakan salah satu kekuatan karakter yang membantu individu mengembangkan ketahanan diri (*resilience*). Siswa yang dapat menanggapi tekanan akademik dengan humor akan lebih mudah mengalihkan fokus dari situasi yang menekan dan melihat masalah dari sudut pandang yang lebih ringan, sehingga tidak mudah terbebani secara emosional. Dengan demikian, humor dapat menjadi strategi adaptif dalam menjaga stabilitas emosi serta meningkatkan motivasi belajar (Budi Sarasati, 2025).

Namun demikian, penggunaan humor dalam konteks pendidikan harus tetap memperhatikan etika dan sensitivitas. Humor yang bersifat merendahkan, sarkastik, atau menyinggung dapat berdampak negatif terhadap psikologis siswa. Oleh sebab itu, guru perlu memahami jenis humor yang tepat agar manfaatnya dapat dirasakan secara optimal. Secara keseluruhan, humor memiliki peran penting dalam membantu siswa mengelola stres akademik melalui peningkatan kenyamanan emosional, penguatan hubungan sosial, dan pembentukan sikap positif dalam menghadapi tekanan belajar. Penggunaan humor yang tepat dalam proses pembelajaran dapat menjadi strategi efektif untuk mendukung kesehatan mental dan keberhasilan akademik siswa (Alfarizi et al., 2024).

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil telaah pustaka yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa humor guru memiliki peran yang signifikan dalam mengelola stres akademik siswa. Stres akademik yang muncul akibat tuntutan belajar, tekanan tugas, serta ekspektasi sekolah dapat berdampak negatif pada motivasi, konsentrasi, dan kesejahteraan psikologis siswa. Oleh karena itu, diperlukan strategi pedagogis yang mampu menciptakan suasana belajar yang lebih sehat dan mendukung kondisi emosional siswa. Penggunaan humor oleh guru terbukti dapat menjadi strategi yang efektif dalam menciptakan suasana pembelajaran yang rileks, menyenangkan, dan humanis. Humor mampu menurunkan ketegangan emosional, meningkatkan fokus dan keterlibatan siswa, serta memperbaiki iklim psikologis di kelas. Selain itu, humor memperkuat hubungan interpersonal antara guru dan siswa, sehingga siswa lebih nyaman dalam mengungkapkan permasalahan akademik yang mereka alami.

REFERENSI

- Alfarizi, M. A., Desy Safitri, & Sujarwo. (2024). Peran Guru di Sekolah dalam Mengurangi Tingkat Stres Akademik Peserta Didik SMP. *JICN: Jurnal Intelek dan Cendekiawan Nusantara*, 1(1).
- Bariyyah, K., Atmoko, A., Zen, E. F., Apriani, R., & Maizura, N. (2024). Optimalisasi Peran Guru Bimbingan dan Konseling melalui Cognitive Behavior Stress Management untuk Mendukung Peer Counselor dalam Penanggulangan Stres Akademik Siswa. *Abdimas Pedagogi: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(2), 116–125. <https://doi.org/10.17977/um050v7i22024p116-125>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). *Konsep Stres Akademik Siswa*. 5(2005), 143–148.
- Budi Sarasati, A. C. W. N. (2025). The protective role of sense of humor against academic stress among Indonesian nursing students: A multivariate analysis. *Journal of Holistic Nursing Science*, 12(2).
- Harefa, R. A. (2023). Inovasi Dan Kreativitas Pembelajaran Al-Qur'an Hadis Di Madrasah. *Jurnal Pendidikan dan Riset*, 1(2).

-
- Khoir, R., Pane, A., Negeri, I., & Utara, S. (2023). *Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Stress Akademik Siswa Selama Pembelajaran Di Mts Swasta AL*. 3(2), 61–70.
- Lubis, S. S., & Zahra, Y. (2023). *Reducing academic stress levels by humorous shows among students Penurunan tingkat stres akademik melalui tayangan humor pada mahasiswa*. 18(7).
- Made Indah Pradnyasiwi, I Rai Hardika, N. N. A. I. D. (2025). Gambaran Coping stress Berbasis Humor Yang Digali Dari Sisi Sense of humor Pada Guru-Guru Pendidik Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di Sekolah Insan Mandiri Homeschooling. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 2(5).
- Muhammad Aris Dharmawan, et, A. (2023). Pengaruh humor Dalam Mengurangi Stress Sebagai Strategi Koping Pada Mahasiswa. *Journal of Communication and Social Sciences*, 1(2).
- Nurdin, J. (2021). Humor sebagai Strategi Koping untuk Mengurangi Stres. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8(1).
- Pastika, I. M. (2022). Library Research kajian Pengelolaan Kelas Bernuansa Humor Untuk Mengatasi Kejenuhan Anak Didik Dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 12(1).
- Rahimi, I., & Enny Nazrah Pulungan. (2024). Pengaruh Guru Humoris (Sense Of Humor) terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI). *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(1).
- Rahimi, I., & Pulungan, E. N. (2024). *Pengaruh Guru Humoris (Sense Of Humor) terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI)*. 13(1), 261–272.
- Rahmayana Audita Suherman, Muh. Fitrah Ramadhan Umar, A. N. A. S. (2024). Sense of Humor Sebagai Prediktor Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(1).
- Resilia Tiara, P. Y. F. (2022). Strategi Pembelajaran Menyenangkan Dengan Metode Humor Pada Warga Belajar Agar Tercapainya Tujuan Pendidikan Di Era Milenium Ketiga. *Journal of Lifelong Learning*, 5(2).
- Siregar, M. A. (2022). Peran Humor dalam Menciptakan Suasana Pembelajaran yang Efektif. *Jurnal Teknologi Pendidikan dan*

Pembelajaran, 9(2).

- Siregar, S., Pulungan, L. B., Ramadhona, R., & Ningsih, N. S. (2025). Peranan Mahasiswa Universitas Islam Negeri. *Marsialapari: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(2)*, 82–93.
- Sri Wilda, Wayan Siskasari, & Zainal Efendi Hasibuan. (2024). Analisis Kebijakan Dan Kekuasaan Dan Implementasinya Terhadap Pendidikan Di Iindonesia. *Ahsani Taqwim: Jurnal Pendidikan dan Keguruan, 1(3)*, 162–176.
<https://doi.org/10.63424/ahsanitaqwim.v1i3.87>
- Tanjung, N. H. (2023). Peran Layanan Informasi Dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa Di Mas Al Asy'ariyah Medan Krio. *Pema: Jurnal Pendidikan dan Pengabdian kepada Masyarakat, 3(2)*.
- Zahra, S. S. L. & Y. (2023). Penurunan tingkat stres akademik melalui tayangan humor pada mahasiswa. *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, 18(1)*.
- Zainal Efendi Hasibuan, D. (2024). *Metodologi penelitian pendidikan: Kualitatif, Kuantitatif, Kepustakaan, dab PTK*. AE Publishing.
- Zakka, U., Siregar, S., & Nurmiati, A. S. (2025). Penguatan Nilai-Nilai Kehidupan Melalui Sebuah Model Pengabdian Transformatif. *Marsialapari: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(3)*, 128–139.