

Uji Model Kesejahteraan Psikologis Remaja dalam Masa Pandemi COVID-19

Testing a Model of the Psychological Wellbeing of Teenagers during the COVID-19 Pandemic

LIDIA SANDRA¹, FRANSISCA IRIANI R. DEWI, RIANA SAHRANI

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Krida Wacana
Email: ¹lidia.sandra@ukrida.ac.id

Diterima 14 Juli 2021, Disetujui 11 Agustus 2021

Abstrak: COVID-19 membuat dunia mau tak mau berhenti sesaat. Pandemi memasang “batas-batas” di depan pintu rumah, merombak budaya dan kenormalan manusia sebagai makhluk sosial. Model kesejahteraan psikologis remaja dalam masa pandemi COVID-19 menjadi isu utama penelitian ini. Penelitian ini menggunakan *sequential mixed method*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan model kesejahteraan psikologis remaja dalam masa pandemi Covid-19. Melalui uji model ini, diharapkan dapat diketahui berbagai keterkaitan antar variabel yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja, yang meliputi Efikasi Diri, Kecerdasan Emosional, *Peer Attachment*, Dukungan Sosial, Kebermaknaan Hidup, dan Resiliensi. Pengumpulan data kuantitatif menggunakan tujuh skala yang melibatkan 849 partisipan sedangkan pengumpulan data kualitatif menggunakan observasi, wawancara terhadap 55 partisipan dan 17 narasumber dan metode netnografi pada 25.000 *tweets*. Tahap pertama penelitian dengan hasil uji kecocokan model SEM menunjukkan model struktural yang *fit* dengan nilai RMSEA sebesar 0,012. Ditemukan 25 hipotesis yang menolak H_0 , sementara dua hipotesis diterima, kecerdasan emosional dan kebermaknaan hidup tidak berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Tahap kedua penelitian ditemukan bahwa jenis gangguan kesejahteraan psikologis yang dialami remaja selama masa pandemi COVID-19 meliputi gangguan kecemasan, gangguan *mood*, gangguan obsesif kompulsif. Intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja selama pandemi COVID-19, meliputi teknik logoterapi *Medical Ministry*, *Paradoxical Intention*, *Dereflection* dan *Existential Analysis* serta dilakukannya psikoedukasi yang terbukti secara signifikan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja selama pandemi COVID-19.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, pandemic, remaja

Abstract: *The Coronavirus Disease 2019 has forced the world to come into a halt. Houses have been board up, cultures and the normality of humans as social beings have been overhauled. The model of psychological wellbeing of teenagers during this pandemic is the main discussion of this research. This study was done using the sequential mixed method. The three phases of this research attempts to answer “How are the seven variables (Self Efficacy, Emotional Intelligence, Peer Attachment, Social Support, Meaning of Life, Resilience and Psychological Wellbeing) that affect the psychological wellbeing of teenagers during the COVID-19 pandemic related?” and “What are the qualitative findings related to the types of psychological disorders that teenagers have experienced during the COVID-19 pandemic?”. Quantitative data gathering was done using the likert scale, while qualitative data collection was done through interviews. This research involved 849 respondents during the first phase and 17 interviewees on the second phase. All participants are teenagers with age range 12-17 years old. The first phase of the study has shown that the SEM model fit with an RMSEA value of 0.012. The results of hypothesis testing to see the significance of the relationship between variables were carried out by t-test with p-values of 0.05 and 0.10. There are 25 hypotheses accepted. Meanwhile, two hypotheses are rejected, i.e. emotional intelligence and meaning of life. In the second phase, it was found that the type of psychological disorder(s) experienced by teenagers during the pandemic include: anxiety, mood swings and obsessive compulsive disorder.*

Key words: *psychological well-being, pandemic, teenagers*

PENDAHULUAN

Pandemi *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) yang telah dunia sejak awal tahun 2020 memaksa manusia merombak budaya dan kenormalan manusia sebagai makhluk sosial. Berbagai kenormalan baru (*new normal*) seperti *social distancing*, *work from home* and *study from home* menjadi tantangan baru bagi kemanusiaan khususnya remaja yang masih berada dalam masa transisi menuju penemuan identitasnya (Wiguna dkk, 2020). Tidak hanya dampak fisik, pandemi COVID-19 juga membawa dampak sosioekonomi dan kesehatan mental. Diperkirakan sekitar 5 juta jiwa di 190 negara telah mengalami gangguan mental, termasuk anak-anak dan remaja (Wijaya, 2021).

Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju kedewasaan. Berdasarkan definisi *United Nation*, remaja dikategorikan berusia antara 10 dan 19 tahun (WHO, 2015). Pada fase ini, remaja mengembangkan citra, identitas, dan kepastian diri, *self esteem*, dan kemandirian. Pembatasan sosial akibat pandemi COVID-19 menghilangkan banyak kesempatan remaja menjalani perkembangannya secara normal, interaksi tatap muka dengan teman dan guru yang terhenti mendadak meningkatkan risiko munculnya stres psikologis pada remaja (Wang, Zhang, Zhao, Zhang & Jiang, 2020). Penelitian Soputan dan Mulawarman (2021) menunjukkan kesejahteraan psikologis remaja yang berada pada kategori sedang. Hal ini mendeskripsikan bahwa remaja belum merasakan kebahagiaan, kepuasan hidup dan menunjukkan gejala depresi.

Fakta di atas tentu sangat mengkhawatirkan karena generasi remaja saat ini diharapkan menjadi generasi yang menghasilkan bonus demografi yang diharapkan mulai terjadi pada tahun 2025 ini, menghasilkan angka usia produktif tertinggi sepanjang sejarah Indonesia. Pencanangan Indonesia Emas 2045 mengasumsikan generasi remaja saat ini menjadi generasi yang membawa ekonomi Indonesia melesat maju menjadi 5 negara di dunia dengan ekonomi terbesar.

Gap antara harapan bonus demografi dan potensi membawa Indonesia menuju Indonesia emas 2045 oleh remaja dengan keadaan kesejahteraan psikologis yang *mediocre* ini mendorong peneliti untuk menemukan model prevensi dan dapat digunakan sebagai model kuratif dan intervensi agar remaja Indonesia memiliki modal dasar kesejahteraan psikologis yang memadai untuk dapat mewujudkan Indonesia Emas 2045.



Gambar 1. Inferensi atas berbagai variabel yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja dalam masa pandemi COVID-19

Fakta empiris di atas melahirkan kerangka pikir peneliti tentang keadaan (pemikiran, perasaan dan tindakan) remaja saat ini yang kemudian dihubungkan dengan variabel operasional terkait dalam psikologi

yang melibatkan variabel-variabel Efikasi Diri (ED), Kecerdasan Emosional (KE), *Peer Attachment* (PA), Dukungan Sosial/*Social Support* (SS), Kebermaknaan Hidup/*Meaning of Life* (ML), Resiliensi (R), dan Kesejahteraan Psikologis (KS). Variabel tersebut kemudian dipasangkan dengan pandangan remaja dalam masa pandemi COVID-19 ini yang dapat dilihat dalam Gambar 1.

Tiga tahap dalam penelitian ini menjawab tiga pertanyaan penelitian. Pertama, bagaimana keterkaitan antar variabel untuk menghasilkan kesejahteraan psikologis remaja selama pandemi COVID-19 yang meliputi 7 (tujuh) variabel yaitu Efikasi Diri (ED), Kecerdasan Emosional (KE), *Peer Attachment* (PA), Dukungan Sosial/*Social Support* (SS), Kebermaknaan Hidup/*Meaning of Life* (ML), Resiliensi (R), serta Kesejahteraan Psikologis (KS). Kedua, apa saja temuan kualitatif terkait jenis-jenis gangguan kesejahteraan psikologis yang dialami remaja selama masa pandemi COVID-19 ini. Ketiga, jenis-jenis intervensi apa saja yang dapat diberikan bagi remaja untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam masa pandemi COVID-19 ini.

METODE

Responden penelitian. Terdapat dua tahapan analisis yang dilakukan pada penelitian ini. Tahapan pertama adalah uji model kesejahteraan psikologis remaja dalam masa pandemi COVID-19 dan tahapan kedua adalah gangguan kesejahteraan psikologis yang dialami dan dirasakan remaja dalam masa pandemi COVID-19.

Pada tahap pertama dalam penelitian kuantitatif melibatkan 849 responden remaja

yang berasal dari Bali dan Jakarta. Responden terdiri dari peserta webinar dan peserta didik SMP-SMA Cendekia Harapan di Bali, serta peserta didik SMP dan SMAK suatu sekolah yang mempunyai beberapa lokasi sekolah tersebar di Jabodetabek. Sementara dalam tahap kedua 17 remaja dari Bali dan Jakarta dilibatkan dalam wawancara mendalam dan netnografi dilakukan dengan total partisipasi sentimen yang menganalisis 25.000 *tweets*. Dalam tahap ketiga penelitian ini, total 55 responden dilibatkan intervensi logoterapi yang diberikan.

Desain penelitian. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif pada tahap pertama, menggunakan teknik pengambilan data secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian yang menghasilkan data numerikal, dan menggunakan analisis data bersifat kuantitatif/statistik. Pada tahap kedua, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan melakukan wawancara pada responden penelitian yang mengalami gangguan kesejahteraan psikologis dalam pandemi COVID-19. Pada tahap ketiga, peneliti memberikan intervensi logoterapi pada responden.

Instrumen penelitian. Dalam penelitian ini, analisis SEM dilakukan dengan menggunakan tiga jenis variabel: eksogen, endogen, dan mediasi. Variabel eksogen dalam penelitian ini adalah efikasi diri (ED), kecerdasan emosional (KE), *peer-attachment* (PA), dukungan sosial (SS), kebermaknaan hidup (ML), dan resiliensi (R); variabel endogen yaitu kesejahteraan psikologis (KP), keberbaknaan hidup (ML)

dan resiliensi (R); dan variabel mediasi adalah kebermaknaan hidup (ML) dan resiliensi (R).

Adapun spesifikasi variabel yang diukur dalam penelitian ini, sebagai berikut.

Tabel 1. Variabel-Variabel yang Diukur dalam Penelitian

Type Variabel	Variabel	English Terms	Tokoh	Skala	Skala	Jumlah Aitem	Favorable	Unfavorable
IV	Efikasi Diri	<i>Self-efficacy</i>	Schwarzer	General Self-Efficacy Scale (GSES)	1-4	10	1-10	
IV	Kecerdasan Emosional	<i>Emotional intelligence</i>	Goleman	Kecerdasan Emosional (KE)	1-5	40	1,3,5,6,9,11,12,14,17,18,20,22,25,28,31,32,33,37,34,40	2,4,7,8,10,13,15,16,19,21,23,24,26,27,29,30,35,38
IV	Peer Attachment	<i>Peer Attachment</i>	Armsden dan Greenberg	IPPA	1-5	21	1,2,5,7,11,20,21,12,13,14,16,17,18,4,6,10	3,8,9,15,19
IV	Dukungan Sosial	<i>Social Support</i>	Sarafino	<i>Social Provision Scale</i>	1-4	24	11,17,8,5,20,13,1,23,12,16,7,4	21,2,14,22,6,9,18,10,3,19,15,24
MV	Kebermaknaan Hidup	<i>Meaning in Life</i>	Victor Frankl	Skala Kebermaknaan Hidup	1-4	23	1,4,2,3,11,13,9,10,12,17,19,20,18,16	5,6,7,8,14,21,15,22,23
MV	Resiliensi	<i>Resilience</i>	Connor Davidson	Skala Resiliensi Connor-Davidson (CD-RISC)	1-4	23	1-25 (gugur 2)	
DV	Kesejahteraan Psikologis Aspek-aspek Penerimaan diri	<i>Psychological wellbeing</i>	Ryff & Keyes	<i>The Ryff Scale of Psychological Well Being (SPWB)</i>	1-5	42	1, 2, 9, 12, 16, 36,11,30,41,18,25,40,5,8,31,14,21,39,3,15,19,27,33	32,6,13,22,24,4,10,28,34,7,29,37,38,17,23,26,32,20,35

Prosedur penelitian. Penelitian dalam tahap pertama ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara penyebaran kuesioner. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Likert Scale* atau Skala Likert (Kumar, 1999) didasarkan pada kemudahan dalam pengembangan skala Likert dan dapat memberikan nilai reliabilitas dan validitas yang baik (Spector, 1992). Pada tahap kedua dan ketiga penelitian ini yaitu untuk menjawab pertanyaan penelitian kedua, digunakan pendekatan kualitatif yaitu wawancara, netnografi dan observasi.

Analisis data. Instrumen pengumpulan data dalam tahap penelitian kuantitatif telah melewati tahap uji coba (*pretest*), yakni validitas dan reliabilitas aitem-aitem dalam

instrumen (Sugiyono, 2013; Malhotra, 2007). Penelitian ini menggunakan teknik analisis faktor dengan *Structural Equation Modeling* (SEM) untuk menguji model struktural dan model *measurement* penelitian. Prosedur pelaksanaan SEM adalah dengan uji normalitas dan multikolinaritas, CFA dan analisis validitas dan reliabilitas, analisis struktural dan penilaian *model fit*.

Analisis data kualitatif dilakukan dengan analisis tema dan komparasi dengan menggunakan bantuan perangkat lunak NVIVO 12 dan menggunakan beberapa alat analisis seperti *tool word frequency count* dan komparasi *nodes* untuk melakukan analisis kualitatif serta menganalisis tema verbatim dengan *coding summary report*.

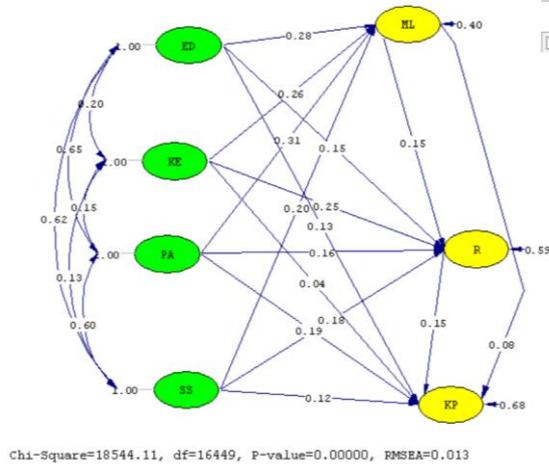
HASIL

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dengan formula *Cronbach's Alpha* untuk ketujuh variabel yang diuji, ditunjukkan bahwa keseluruhan indikator dalam setiap variabel terbukti sangat reliabel untuk mengukur variabel penelitian. Hal tersebut terlihat dari nilai *Cronbach's Alpha* dari masing-masing variabel lebih besar dari 0,60, yang mana reliabilitas terendah pada variabel efikasi diri sebesar 0,920 dan tertinggi pada variabel kesejahteraan psikologis sebesar 0,981. Hasil uji validitas juga menunjukkan bahwa keseluruhan indikator pada masing-masing variabel dinyatakan valid. Oleh karena itu keseluruhan indikator digunakan dalam kuesioner penelitian ini tanpa revisi atau penyesuaian kembali dengan total indikator sebanyak 183 indikator atau butir pernyataan.

Sebelum menyusun suatu *full model* SEM, pada penelitian ini terlebih dahulu dilakukan pengujian terhadap faktor-faktor yang membentuk masing-masing variabel. Pengujian dilakukan dengan menggunakan model *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Kemudian dilanjutkan dengan uji kecocokan model (*goodness of fit*) dengan menggunakan alat bantu perangkat lunak *Linear Structural Relationship* (LISREL).

Uji asumsi klasik dilakukan untuk memenuhi persyaratan analisis data dengan program pengolahan data LISREL, meliputi uji normalitas dan uji multikolinearitas. Berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji multikolinearitas ditemukan bahwa seluruh variabel independen tidak ada yang

berkorelasi dengan nilai lebih dari 0,90 atau lebih. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa seluruh variabel independen tidak memiliki korelasi sempurna.



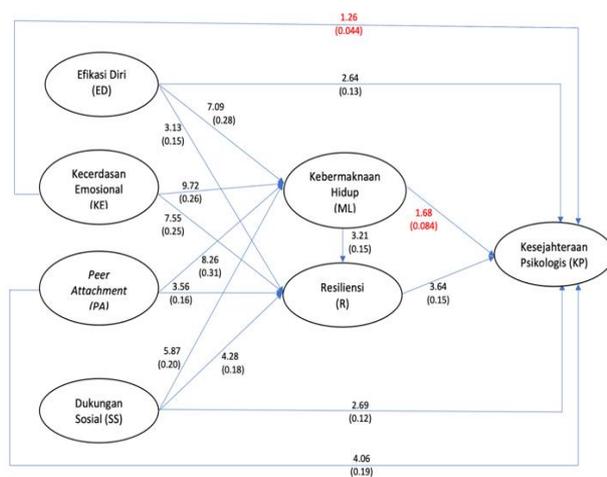
Gambar 2. Uji kecocokan model SEM

Gambar 2 di atas memberikan informasi rangkuman hasil pengujian GOF (*Goodness-of-fit*) pada model hasil penelitian. Terlihat bahwa rasio perbandingan *chi square* dengan *degrees of freedom* adalah 1,1273. Dengan demikian, model dapat dikategorikan *fit*. Model yang diuji juga telah memiliki nilai RMSEA sebesar 0,013; artinya lebih kecil daripada 0,08 sehingga sudah cukup *reasonable* untuk mengatakan bahwa model *fit* karena tidak termasuk ke kategori penolakan. Selain itu, nilai SRMR sebesar 0,027 menunjukkan bahwa berdasarkan residual yang sudah disesuaikan model juga dapat dikatakan *fit*.

Nilai GFI pada model sebesar 0,80; artinya lebih kecil dari 0,90 sehingga model dapat dikatakan *fit*. Namun karena kompleksitas model, maka nilai AGFI perlu digunakan sebagai salah satu kriteria penilaian model *fit*. Nilai AGFI menunjukkan hasil

sebesar 0,79; artinya lebih besar dari 0,90 sehingga model dapat dikategorikan *fit*. Selain itu, model juga memiliki nilai PGFI sebesar 0,78 yang artinya lebih kecil dari 0,60; serta nilai CFI pada model sebesar 1,00 sehingga model dapat dikategorikan cukup baik.

Model yang dirancang dalam penelitian ini memuat 27 hipotesis hubungan regresi antar variabel. Hubungan atau pengaruh antar variabel dianalisis dengan menggunakan uji-*t* melalui aplikasi pengolahan data LISREL.



Gambar 3. Hasil pengujian hipotesis hubungan regresi antar variabel penelitian

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis pengaruh antar variabel penelitian ditemukan bahwa terdapat 25 hipotesis nol yang ditolak, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antar variabel penelitian tersebut. Sementara itu, hipotesis 4 dan hipotesis 14 H_0 diterima, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antar variabel tersebut. Dapat disimpulkan bahwa, keserdasan emosional (KE) tidak berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan kebermaknaan hidup tidak berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

Hasil pengujian hipotesis untuk melihat signifikansi hubungan antar variabel dilakukan dengan uji-*t* dengan nilai *p* sebesar 0,05 dan 0,10. Ditemukan terdapat 25 hipotesis yang menolak H_0 , berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari variabel independen terhadap variabel dependen. Sementara dua hipotesis, yaitu H_4 dan H_{14} menerima H_0 , yang berarti kecerdasan emosional (KE) dan kebermaknaan hidup (ML) tidak berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis (KP).

Secara langsung, efikasi diri berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja selama mengikuti pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Mustikasari (2019) yang menemukan bahwa efikasi diri berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologi remaja. Selama pandemi, sangat diperlukan kemampuan remaja untuk mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenal emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain, khususnya keluarga. Hubungan antara variabel kecerdasan emosional terhadap kesejahteraan psikologis melalui mediator resiliensi memiliki nilai-*t* tertinggi kedua dibandingkan dengan hipotesis yang lain. Artinya, ketika ingin meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja, maka resiliensi remaja perlu ditingkatkan melalui peningkatan kecerdasan emosional remaja.

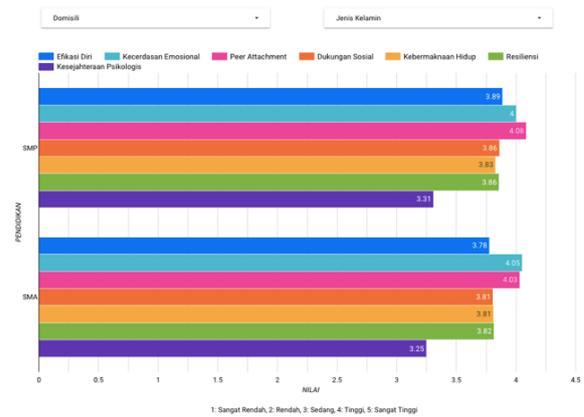
Dalam penelitian ini ditemukan bahwa *peer attachment* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

Kebermaknaan hidup dan resiliensi juga memediasi pengaruh *peer attachment* terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Kesejahteraan psikologis pada remaja yang memiliki teman dekat atau sahabat lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tidak memiliki teman dekat atau sahabat. Secara langsung, dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap resiliensi. Dragun, dkk. (2021) menemukan bahwa selama pandemi COVID-19, kualitas hidup masyarakat meningkat karena hubungan dengan keluarga semakin erat dan tersedianya jam tidur atau waktu istirahat yang lebih panjang dibandingkan dengan sebelum pandemi COVID-19.

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa kebermaknaan hidup berpengaruh secara signifikan terhadap resiliensi. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Bastaman (2007) yang menggambarkan hubungan antara kebermaknaan hidup dengan resiliensi sebagai faktor pemicu. Di sisi lain, resiliensi berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil temuan ini sejalan dengan temuan Puspitasari (2020) bahwa remaja tetap mampu memiliki kesejahteraan psikologis remaja melalui adanya resiliensi. Selama masa pandemi COVID-19, remaja dituntut untuk membatasi ruang gerak dan meminimalisir interaksi satu dengan yang lainnya.

Berdasarkan data deskriptif yang diperoleh dan kemudian divisualisasikan menggunakan *Google Analytics Data Studio* ditemukan inferensi menarik dari sebaran data ketujuh variabel yang diuji dengan melihat

perbedaan rerata yang menonjol yaitu yang berbeda satu kategori.



Gambar 4. Visualisasi data keseluruhan tanpa domisili

Dari keseluruhan data baik responden remaja di Jakarta maupun di Bali didapatkan bahwa variabel terendah pada semua remaja baik pria maupun wanita pada jenjang SMP dan SMA adalah variabel kesejahteraan psikologis, yaitu pada level Sedang. Variabel dengan nilai rerata tertinggi pada jenjang SMP seluruh responden adalah *peer attachment* yaitu pada level Baik, yang berarti bahwa remaja secara umum merasa bahwa mereka memiliki cukup komunikasi, saling percaya dan tidak terasing. Tidak ada nilai variabel yang tergolong Sangat Baik/Sangat Tinggi untuk ketujuh variabel efikasi diri, kecerdasan emosional, *peer attachment*, *social support*, kebermaknaan hidup, resiliensi dan kesejahteraan psikologis.

Dari analisis kualitatif NVivo, analisis *word cloud* dan *word frequency* pada remaja-remaja Bali dan Jakarta yang mengalami gangguan kesejahteraan psikologis didapatkan kata-kata berikut yang sering muncul digambarkan dalam visualisasi Gambar 5 di bawah ini.

berpengaruh secara signifikan dan berbeda dengan konsep secara teoritis. Meneliti lebih lanjut situasi COVID-19 dan karakteristik perkembangan remaja menjadi hal mendasar yang memengaruhi perbedaan hasil penelitian dengan teori yang sebelumnya telah ditemukan.

Pandemi COVID-19 yang telah memasang “batas-batas” di depan pintu rumah, merombak budaya dan kenormalan manusia sebagai makhluk sosial membawa masalah kesejahteraan psikologis bagi remaja Indonesia. Mewujudkan Indonesia Emas 2045 yang diharapkan dapat terjadi melalui bonus demografi para remaja yang saat ini akan segera menjadi generasi penopang bangsa ini menuju negara dengan ekonomi terbesar kelima di dunia, ada satu tantangan besar yang dihadirkan oleh pandemi ini yaitu hilangnya generasi emas ini. Model kesejahteraan psikologis yang telah teruji *fit* dapat digunakan sebagai dasar prediksi, prevensi untuk membangun kesejahteraan psikologis remaja saat epidemi, pandemi maupun dalam berbagai kondisi *major disaster* lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Dragun, R., Veccek, N. N., Maredic, M., Pribisalic, A., Divic, G., Cena, H., Polasek, O., & Kolcic, I. (2021). Have lifestyle habits and psychological well-being changed among adolescents and medical students due to COVID-19 lockdown in Croatia? *Nutrients*, *19*(97), 1-18.
<https://doi.org/10.3390/nu13010097>
- Kumar, R. (1999). *Research methodology*. SAGE Publications.
- Malhotra, N. (2007). *Marketing research: An Applied Orientation* (5th ed.). Pearson Education Limited.
- Mustikasari, D. (2019). *Hubungan efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Puspitasari, P. (2020). *Pengaruh Kelekatan Terhadap Kesejahteraan Psikologis Yang Dimediasi Oleh Resiliensi Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai Di Kota Bandung*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Soputan, S. D. M., & Mulawarman, M. (2021). Studi kesejahteraan psikologis pada masa pandemi COVID-19. *COUNSENEsia Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, *2*(1). 41-51.
- Spector, P. E. (1992). *Summated Rating Scale Construction An Introduction*. CA Sage.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, *395*(10228), 945-947.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X).
- Wiguna, T., Anindyajati, G., Kaligis, F., Ismail, R. I., Minayati, K., Hanafi, E., & Pradana, K. (2020). Brief research report on adolescent mental well-being and school closures during the COVID-19 Pandemic in Indonesia. *Frontiers in Psychiatry*, *11*, 1157.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.598756>
- WHO. *The Global Strategy for women's, Children's, and Adolescents' Health* (2016-30). (2015). Available online at: <http://www.who.int/lifecourse/partners/global-strategy/ewec-globalstrategyreport-200915.pdf?ua=1> (accessed September 7, 2020).

Wijaya, C. (2021). *Covid-19: 'Stres, mudah marah, hingga dugaan bunuh diri', persoalan mental murid selama sekolah dari rumah*. BBC News Indonesia. <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-55992502>