

Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat

26 November 2022, Hal. 2032-2046

e-ISSN: 2686-2964

Pengembangan *Psychological Well-being* Anak dalam Keluarga di Kawasan Wisata KaliurangMuya Barida¹, Nur Hidayah², Dian Ari Widyastuti³, Murein Miksa Mardhia⁴Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Tamanan, Kec. Banguntapan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta¹³⁴Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No.5, Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur²Email: muya.barida@bk.uad.ac.id**ABSTRAK**

Psychological wellbeing pasca pandemic perlu ditingkatkan mulai dari lingkup keluarga di Kawasan wisata Kaliurang sebagai dampak psikologis dan ekonomi saat terjadi pandemi covid selama dua tahun terakhir. Aktivitas PKM ini bertujuan untuk memberikan pendampingan bagi keluarga di Desa Wisata Kaliurang sehingga psychological well-being mereka dapat meningkat. Aktivitas pendampingan dilaksanakan melalui model Mode Deactivation Family Counseling yang berfokus pada dampak psikologis untuk meningkatkan psychological wellbeing keluarga di Kawasan Wisata Kaliurang. Pendampingan dimulai pada tahap perencanaan selama tiga bulan, pelaksanaan selama tiga bulan, dan evaluasi selama dua bulan. Adapun mitra dari aktivitas PKM ini yaitu NGO Titian Foundation yang selama tiga tahun ini berdiri di Desa Wisata Kaliurang. Mitra terlibat mulai dari aktivitas perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Aktivitas dapat memberikan dampak positif bagi perkembangan psychological wellbeing remaja awal.

Kata kunci: psychological well-being, dampak psikologis, pasca pandemi

ABSTRACT

Psychological well-being after the pandemic needs to be improved starting from the family scope in the Kaliurang tourist area as a psychological and economic impact during the covid pandemic for the last two years. This PKM activity aims to provide assistance to families in the Kaliurang Tourism Village so that their psychological well-being can increase.

Mentoring activities are carried out through the Mode Deactivation Family Counseling model which focuses on the psychological impact to improve the psychological well-being of families in the Kaliurang Tourism Area. Mentoring begins at the planning stage for three months, implementation for three months, and evaluation for two months. The partner of this PKM activity is the NGO Titian Foundation, which has been standing in the Kaliurang Tourism Village for three years. Partners are involved starting from planning activities, implementation, to activity evaluation. Activities can have a positive impact on the psychological well-being of early adolescents.

Keywords: *psychological well-being, psychological impact, post-pandemic*

PENDAHULUAN

Pandemic covid sangat berpengaruh terhadap masyarakat di Kawasan wisata Kaliurang terutama dalam aspek ekonomi dan psikologis. Dampak pandemic covid dalam aspek psikologis dapat dilihat dari bukti yang menunjukkan karena pandemic covid masyarakat harus melakukan karantina dan isolasi sosial dan hal ini berdampak negatif pada psychological wellbeing (PWB) (Caffo et al., 2020). PWB merupakan fitur inti dari kesehatan mental, dan dapat didefinisikan sebagai kebahagiaan hedonis (kenikmatan, kesenangan) dan eudaimonic (makna, pemenuhan) kebahagiaan, serta resiliensi (mengatasi, regulasi emosi, pemecahan masalah yang sehat) (Tang et al., 2019). Pendapat lain disampaikan bahwa PWB lebih dekat dengan eudaimonic daripada hedonis (Koydemir et al., 2021). Pendekatan hedonis berkaitan dengan maksimalisasi kesenangan dan kenikmatan, sedangkan eudaimonic berfokus pada menjalani kehidupan yang baik dengan mengejar tujuan dan mengenali serta mengekspresikan kebajikan.

Fakta lain membuktikan bahwa PWB juga mencakup resiliensi, afeksi, dan symptomsimptom depresi. PWB juga berkaitan dengan self-compassion, dimana semakin tinggi selfcompassion maka gejala depresi dan afeksi negatif semakin rendah (López et al., 2020). Sehingga dampak pandemic covid terhadap PWB individu dapat meningkatkan stress dan depresi. Temuan ini menunjukkan bahwa pandemic long covid-19 memberikan tantangan bagi individu agar dapat memiliki kualitas PWB yang tinggi. Hasil riset menyebutkan bahwa individu yang memiliki PWB yang lebih tinggi menunjukkan aktivitas fisik yang lebih kuat (Carriedo et al., 2020). Sebagai contoh, PWB sangat berhubungan erat dengan motivasi siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik (Özcan et al., 2018); tingkat PWB awal yang lebih tinggi dikaitkan dengan individu yang lebih banyak konsumsi buah dan sayuran (Boehm et al., 2018). Hasil riset juga menunjukkan bahwa secara keseluruhan “karakter baik” secara signifikan lebih kuat terkait dengan PWB dibandingkan dengan subjective well-being (Hausler et al. 2017). Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi PWB individu maka semakin kuat pula kondisi fisik dan psikologis individu.

PWB dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. PWB berkaitan erat dengan kepuasan hidup dan social well-being, dan sangat dipengaruhi oleh pengalaman di masa kecil. Individu yang memiliki pengalaman buruk cenderung memiliki PWB yang rendah (Mosley-Johnson et al., 2019). PWB siswa juga dapat dipengaruhi oleh keterampilan komunikasi guru yang diterapkan ketika berkomunikasi dengan siswa (Barida & Muarifah, 2018). Dalam data demografi, diperoleh hasil penelitian bahwa orang yang lebih tua menunjukkan skor PWB yang lebih tinggi daripada orang yang lebih muda (Özcan et al., 2018). Tinjauan artikel yang diterbitkan antara tahun 2003 dan 2016 mengungkapkan bahwa penggunaan situs jejaring sosial berhubungan positif dan negatif dengan PWB pengguna media sosial tersebut (Erfani et al., 2018). Individu yang lebih sering menggunakan media sosial untuk berkomunikasi daripada berkomunikasi secara langsung atau tatap muka dengan orang lain, memiliki PWB yang lebih rendah. Oleh karena itu perlu bagi individu untuk mengontrol penggunaan media sosial.

Penelitian juga dilakukan menggunakan sampel besar yang mewakili lebih dari 6300 anak di Inggris selama periode 2012–2017. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penggunaan internet mengurangi waktu yang dihabiskan untuk kegiatan bermanfaat lainnya dan penggunaan internet menimbulkan efek negatif bagi PWB anak dan remaja (McDool et al., 2020). Temuan riset ini diperkuat dengan hasil riset terkait hubungan antara waktu mengaktifkan layar dengan PWB pada anak-anak dan remaja. Peneliti memeriksa sampel acak nasional besar ($n = 40.337$) dari anak-anak dan remaja berusia 2 hingga 17 tahun di AS pada tahun 2016 yang mencakup ukuran waktu layar yang komprehensif (termasuk ponsel,

komputer, perangkat elektronik, permainan elektronik, dan TV) dan serangkaian ukuran PWB. Setelah 1 jam/hari penggunaan, lebih banyak jam layar setiap hari dikaitkan dengan PWB lebih rendah, termasuk lebih sedikit rasa ingin tahu, kontrol diri yang lebih rendah, lebih mudah mengalihkan perhatian, lebih sulit berteman, kurang stabilitas emosional, lebih sulit untuk dirawat, dan ketidakmampuan untuk menyelesaikan tugas. Penggunaan layar secara moderat (4 jam/hari) juga dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih rendah. Hasil riset menunjukkan semakin lama durasi penggunaan internet maka PWB semakin rendah (26). Penelitian lain juga menjawab apakah penggunaan media digital terkait dengan PWB dalam sampel besar (N = 13.871). Berdasarkan hasil cross sectional ini, disimpulkan bahwa penggunaan media digital yang berlebihan oleh anak-anak memiliki dampak buruk pada PWB mereka, tetapi penggunaan ringan media tersebut memiliki efek yang sangat terbatas (Twenge & Campbell, 2018).

Kondisi yang memprihatinkan ini juga terjadi di Kawasan wisata Kaliurang, dimana aktivitas penggunaan media sosial setelah pandemic oleh anak-anak di sekitar Kawasan wisata Kaliurang sangat meningkat. Anak-anak di Kawasan wisata Kaliurang lebih intens mengoperasikan handphone, berselancar di dunia maya daripada bermain dengan teman-teman sebaya mereka. Padahal komunikasi antara orang tua bersama anak lebih minim daripada pemanfaatan waktu anak dalam mengoperasikan handphone. Control atau pengawasan dari orang tua terkait penggunaan handphone oleh orang tua juga kurang. Dampak ini sebenarnya tidak hanya bagi psychological well-being anak tetapi juga orang tua. Orang tua yang tidak memiliki kedekatan dengan anak memiliki emosi negative yang lebih tinggi, misalnya marah. Saat melihat perilaku anak yang tidak sesuai dengan pandangan orang tua, maka cenderung marah-maraha tanpa terlebih dahulu melakukan pendekatan psikologis untuk meluruskan perilaku yang salah tersebut.

Selain masalah psikologis, masalah ekonomi juga terjadi dimana sebelum pandemic tingkat atau animo wisatawan sangat tinggi dan selama dua tahun sangat menurun. Ketidakpastian ekonomi memiliki hubungan positif dengan ketidakpastian pekerjaan dan gangguan identitas, dan memiliki hubungan negatif dengan PWB. PWB tergantung pada koherensi antara identitas objektif abstrak dan objektif yang konkret, dan ketika persepsi ini tidak konsisten, disonansi kognitif muncul yang mengakibatkan gangguan identitas. Sebenarnya stabilitas tidak terkait dengan keuntungan moneter saja, tetapi juga dengan berbagai manfaat lain yang penting bagi pertumbuhan, kepuasan, dan rasa identitas individu. Secara tersirat bahwa ketidakpastian ekonomi membuat gangguan pada pertumbuhan, kepuasan, dan rasa identitas sehingga dapat mengganggu PWB individu (Godinic et al., 2020). Lebih lengkap bahwa PWB selama masa epidemik dipengaruhi oleh 13 faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain usia, gender, status perkawinan, tingkat pendidikan, peran pekerjaan, riwayat medis masa lalu, penderitaan keluarga dan teman, keterikatan dan gaya koping, efek karantina, persepsi dan penerimaan risiko secara altruistik, stigma, isolasi sosial, dan resiliensi (Philip & Cherian, 2020).

METODE

Upaya mengembangkan *psychological well-being* anak dalam keluarga di Kawasan Wisata Kaliurang ditempuh melalui aktivitas yang bermanfaat. Aktivitas tersebut antara lain: 1) Homevisit ke keluarga yang memiliki anak remaja yaitu sebanyak 20 keluarga dilaksanakan pada hari Jumat-Santu, 22-23 Juli 2022. Aktivitas ini melibatkan mahasiswa dan mitra; 2) FGD bersama keluarga/orang tua remaja yang melibatkan mahasiswa dan mitra dilaksanakan pada hari Minggu, 24 Juli 2022; 3) Konseling kelompok yang melibatkan mahasiswa dan mitra pada

hari Minggu 24 Juli 2022; 4) Pelaksanaan refleksi konseling kelompok yang dilaksanakan pada hari Selasa, 26 Juli 2022.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

1. Berkoordinasi dengan mitra

Tim pengabdian melaksanakan koordinasi bersama dengan program manager Titian Foundation pada hari Kamis, 13 Juli 2022 untuk menentukan serangkaian aktivitas pengabdian masyarakat yang terdiri dari:

- a. Homevisit ke rumah warga, sampling ke 10-15 keluarga untuk memetakan psychological well-being keluarga
- b. Kegiatan konseling kelompok kepada remaja di kantor Titian Foundation
- c. FGD bersama dengan keluarga/orang tua dari remaja yang sudah dikonseling kelompok di kantor Titian Foundation
- d. Tindak lanjut bersama remaja di kantor Titian Foundation



Gambar 1 Dokumentasi Aktivitas Koordinasi bersama Program Manager Titian Foundation

Koordinasi selanjutnya dilaksanakan dengan tim pelaksanaan Titian Foundation yaitu Anton Wibowo dan Dwi Ayu Pratiwi pada hari Jumat, 15 Juli 2022 untuk merencanakan realisasi aktivitas pengabdian.

- a. Homevisit ke rumah warga, sampling ke 10-15 keluarga untuk memetakan *psychological well-being* keluarga di Dukuh Ngipiksari pada hari Jumat-Sabtu tanggal 22-23 Juli 2022.
- b. Kegiatan konseling kelompok kepada remaja di kantor Titian Foundation pada hari Minggu tanggal 24 Juli 2022.
- c. FGD bersama dengan keluarga/orang tua dari remaja yang sudah dikonseling kelompok di kantor Titian Foundation pada hari Kamis tanggal 27 Juli 2022.
- d. Tindak lanjut bersama remaja di kantor Titian Foundation berupa konseling kelompok.



Gambar 2. Dokumentasi Aktivitas Koordinasi bersama Program Manager Titian Foundation

2. Homevisit Seri 1

Aktivitas homevisit dilaksanakan untuk memotret kondisi *psychological well-being* keluarga di desa Wisata Kaliurang, terutama dampak dari pandemic covid yang terjadi selama dua tahun terakhir. Homevisit dilaksanakan selama dua hari. Pada seri 1 ini, homevisit dilaksanakan pada hari Jumat 22 Juli 2022 oleh tim pengabdian bersama dua mahasiswa yaitu Syiful Faridah dan Akmalia Siwi Mentari, serta staf mitra. Home visit ditujukan ke 10 rumah keluarga yaitu atas nama bu Siti, bu Sumaryati, bu Triyanti, bu Anik, bu Narni, bu Devi, bu Maryati, bu Teti, bu Eni, dan bu Nur. Hasil wawancara diperoleh gambaran bahwa dalam aspek *psychological well-being*: 1) *autonomy*, sebagian besar keluarga sudah menunjukkan kemandirian emosional maupun finansial, 2) *environmental mastery*, sebagian keluarga mampu mengelola sumber daya lingkungan fisik maupun social untuk mempertahankan kehidupan, 3) *personal growth*, sebagian besar keluarga tidak mengembangkan minat dan bakat yang mereka miliki untuk mengisi waktu luang dalam kehidupan mereka, 4) *positive relation*, sebagian besar keluarga memiliki hubungan yang baik sesama tetangga maupun antar keluarga, akan tetapi dengan anak-anak mereka yang tergolong remaja emosi marah mereka sering muncul karena dirasa susah untuk dinasehati terutama dalam penggunaan handphone, 5) *purpose life*, sebagian besar keluarga tidak memiliki tujuan hidup yang spesifik dan hanya mengalir saja dalam hidup mereka, dan 6) *self acceptance*, sebagian besar keluarga menerima kehidupan mereka sebagai takdir yang harus mereka terima dan mereka hadapi. Data tambahan diperoleh hasil bahwa Sebagian besar permasalahan yang terjadi pada remaja yaitu penggunaan gadget yang susah untuk

dikontrol oleh orang tua. Penggunaan gadget ini dapat berdampak pada interaksi remaja yang lebih senang menyendiri daripada bersosialisasi dengan teman-teman sebaya di lingkungan social mereka.



Gambar Keluarga 1



Gambar Keluarga 2



Gambar Keluarga 3



Gambar Keluarga 4



Gambar Keluarga 5



Gambar Keluarga 6



Gambar Keluarga 7



Gambar Keluarga 8



Gambar Keluarga 9



Gambar Keluarga 10

Gambar 3. Dokumentasi Aktivitas Homevisit Seri 1

3. Homevisit Seri 2

Pada seri 1 ini, homevisit dilaksanakan pada hari Sabtu 23 Juli 2022 oleh tim pengabdian bersama dua mahasiswa yaitu Syifaul Faridah dan Akmalia Siwi Mentari, serta staf mitra. Homevisit dilakukan ke sepuluh keluarga di Kaliurang atas nama bu Retno, bu Lis, bu Supartinah, bu Era, bu Fitria, pak Syaion, pak Gito, bu Alya, bu Tutik, dan pak Untung. Hasil wawancara diperoleh gambaran bahwa dalam aspek psychological well-being: 1) *autonomy*, sebagian besar keluarga sudah menunjukkan kemandirian emosional maupun finansial yang terlihat bahwa dengan dampak pandemic covid kemarin orang tua berupaya mempertahankan kondisi ekonomi secara berdikari bukan menggantungkan bantuan orang lain, 2) *environmental mastery*, sebagian keluarga mampu mengelola sumber daya lingkungan fisik maupun social untuk mempertahankan kehidupan dengan cara berwirausaha sesuai dengan keterampilan yang mereka miliki misalnya berjualan roti, keripik, wedang uwuh, 3) *personal growth*, sebagian besar keluarga tidak mengembangkan minat dan bakat yang mereka miliki untuk mengisi waktu luang dalam kehidupan mereka. Orang tua lebih berfokus pada aktivitas mereka, sementara remaja juga lebih focus pada dunia mereka sendiri, 4) *positive relation*, sebagian besar keluarga memiliki hubungan yang baik sesama tetangga maupun antar keluarga, akan tetapi dengan anak-anak mereka yang tergolong remaja emosi marah mereka sering muncul karena dirasa susah untuk dinasehati terutama dalam penggunaan handphone, 5) *purpose life*, sebagian besar keluarga tidak memiliki tujuan hidup yang spesifik dan hanya mengalir saja dalam hidup mereka. Unikny ada satu keluarga yang menetapkan tujuan hidup untuk disepakati bersama dengan orang tua dan anak mereka, dan 6) *self acceptance*, sebagian besar keluarga menerima kehidupan mereka sebagai takdir yang harus mereka terima dan mereka hadapi. Kepasrahan mereka terhadap segala rejeki yang telah Tuhan berikan, selama telah berusaha maka apapun hasilnya mereka terima dengan lapang dan ikhlas. Data tambahan diperoleh kebutuhan bahwa menurut orang tua, remaja perlu diberikan pelatihan untuk mengontrol penggunaan gadget dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi secara tegas, tidak pendiam atau malu-malu apabila bersosialisasi dengan teman-teman mereka maupun dengan tetangga. Orang tua lebih senang apabila anak mereka ke luar rumah untuk bersosialisasi daripada hanya di rumah bermain gadget.



Gambar Keluarga 11



Gambar Keluarga 12



Gambar Keluarga 13



Gambar Keluarga 14



Gambar Keluarga 15



Gambar Keluarga 16



Gambar Keluarga 17



Gambar Keluarga 18



Gambar Keluarga 19



Gambar Keluarga 20

Gambar 4. Dokumentasi Aktivitas Homevisit Seri 2

4. FGD bersama Keluarga/Orang tua Remaja

Berdasarkan hasil homevisit maka diperoleh kebutuhan yang perlu disampaikan dalam Focused-Group Discussion (FGD). FGD perlu dilaksanakan untuk memberikan pengarahan kepada keluarga untuk lebih mengembangkan psychological well-being. FGD dilaksanakan pada hari Minggu 24 Juli 2022. Tim pengabdian mengajak orang tua untuk sharing dalam menemukan solusi sendiri (bukan bermaksud menggurui) upaya-upaya untuk mengembangkan psychological well-being sesuai kondisi di masing-masing keluarga. Beberapa pertanyaan disuguhkan untuk mendorong orang tua dalam menemukan ide untuk mengembangkan psychological well-being dalam keluarga mereka. Pertanyaan tersebut antara lain:

- a. Apakah keluarga Anda sudah tidak bergantung kepada orang lain?
- b. Apakah keluarga Anda mampu memanfaatkan peluang yang ada di sekitar rumah Anda?
- c. Apakah Anda mampu menyalurkan minat Anda bersama keluarga?
- d. Apakah keluarga Anda mempunyai tujuan hidup yang disepakati untuk diperjuangkan bersama?
- e. Apakah hubungan keluarga Anda harmonis?
- f. Apakah keluarga Anda menerima segala kekurangan dalam hidup?



Gambar 5. Dokumentasi FGD bersama Keluarga/Orang tua

5. Konseling Kelompok

Aktivitas konseling kelompok dilaksanakan oleh mahasiswa-mahasiswa Bimbingan dan Konseling semester 6 yang sebelumnya telah memperoleh pengarahan terbimbing oleh dosen pembimbing. Konseling kelompok dilaksanakan pada hari Minggu 24 Juli 2022. Konseling kelompok terdiri dari lima kelompok. Satu kelompok terdiri dari tiga remaja, satu konselor dan co-konselor. Pelaksanaan konseling kelompok bertujuan untuk mengembangkan psychological well-being remaja dalam keluarga, di sekolah, maupun kehidupan masyarakat. Tahapan konseling kelompok terdiri dari beginning stage, working stage, dan termination stage. Remaja diberikan kesempatan seluas-luasnya untuk sharing pengalaman dalam kehidupan mereka dan diajak untuk mengarahkan Kembali perilaku mereka ke arah yang lebih positif.



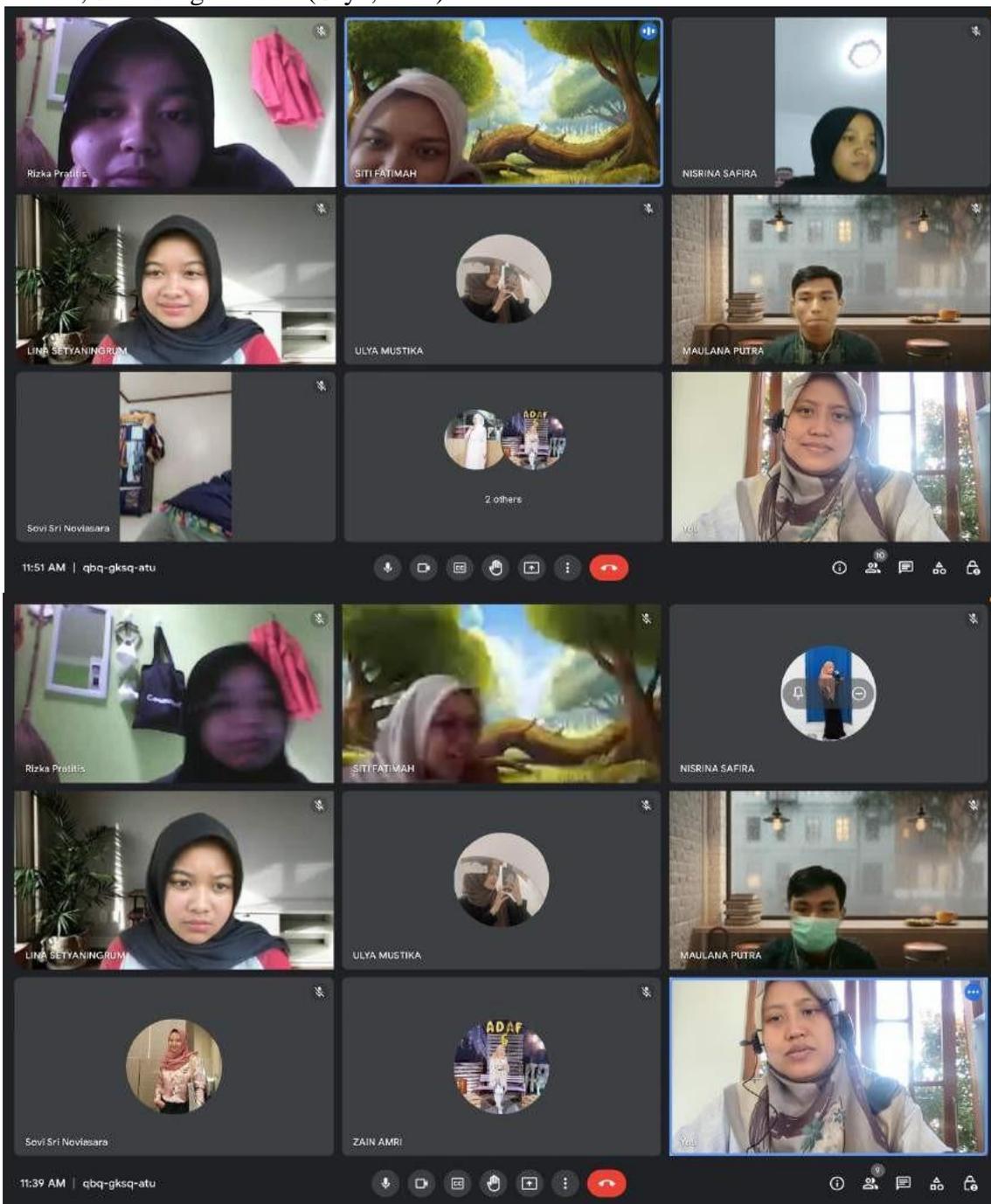
Gambar 6. Dokumentasi Konseling Kelompok

6. Refleksi Konseling Kelompok

Refleksi aktivitas konseling kelompok dilaksanakan pada hari Selasa 26 Juli 2022 melalui moda daring.

- a. Remaja malu untuk bercerita, hanya senyam-senyum. Mahasiswa bingung bagaimana cara membangun goodraport. Cara awal yang digunakan untuk memancing remaja bercerita yaitu dengan menanyakan kegiatan keseharian, hobi, dan cita-cita (Rizka).
- b. Ice breaking seharusnya bareng-bareng di awal sebelum pelaksanaan konseling kelompok dalam kelompok kecil. Di awal anggota kelompok malu-malu, lalu dipancing aktivitas keseharian di luar rumah. Setelahnya semua bisa memberikan masukan untuk anggota konseling kelompok. Ada konseli yang pintear berbahasa Inggris yaitu Sarwo (Sovi, Erlinda Dewi, Maulana).

- c. Permasalahan remaja awal itu sudah mulai mengenal lawan jenis. Saat konseling kelompok lebih banyak bermain gadget. Saran bahwa saat konseling kelompok handphone tidak dibawa (Lina, Siti).
- d. Remaja susah menceritakan permasalahannya harus dipancing-pancing dan mereka saling melempar antar anggota kelompok. Lambat laun bisa bercerita bahwa ada anggota kelompok yang masalahnya mencontek yang tidak pernah ketahuan; ada anggota kelompok yang serumah dengan om dan neneknya sementara om anggota kelompok yang kasar sehingga membuat anggota berontak (Nisrina, Erlin).
- e. Anggota kelompok malu-malu, lalu bisa bercerita bahwa konseli merasa bahagia kalau bisa tidur, bisa main game, bisa nongkrong. Masalahnya adalah sering dimarahin orang tua, sulit bangun tidur. (Ulya, Zain).



Gambar 7. Pelaksanaan Refleksi Aktivitas Konseling Kelompok

SIMPULAN

Pengembangan *psychological well-being* melalui serangkaian aktivitas berupa Homevisit ke keluarga yang memiliki anak remaja, FGD bersama keluarga/orang tua remaja, Konseling kelompok, dan pelaksanaan refleksi konseling kelompok dapat terlaksana sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Agar dapat mengembangkan *psychological well-being* secara lebih efektif maka kerjasama dengan komponen masyarakat dan mahasiswa perlu untuk terus ditingkatkan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Universitas Ahmad Dahlan selaku pemberi dana dan Titian Foundation selaku mitra aktivitas pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Caffo E, Scandroglio F, Asta L. (2020). Debate: COVID-19 and psychological well-being of children and adolescents in Italy. *Child Adolesc Ment Health*, 25(3):167–8.
- López J, Perez-Rojo G, Noriega C, Carretero I, Velasco C, Martinez-Huertas JA, et al. (2020). Psychological well-being among older adults during the COVID-19 outbreak: a comparative study of the young–old and the old–old adults. *Int Psychogeriatr*, 32(11):1365–70.
- Carriedo A, Cecchini JA, Fernandez-Rio J, Méndez-Giménez A. (2020). COVID-19, Psychological Well-being and Physical Activity Levels in Older Adults During the Nationwide Lockdown in Spain. *The American journal of geriatric psychiatry: official journal of the American Association for Geriatric Psychiatry*, 28(11):1146–1155.
- Özcan Z, Karaca F. İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde. (2018). Akademik Motivasyon ile Psikolojik İyi Oluş İlişkisi Üzerine Bir Araştırma. *İlahiyat Tetkikleri Derg [Internet]*.
- Boehm JK, Soo J, Zevon ES, Chen Y, Kim ES, Kubzansky LD. (2018). Longitudinal associations between psychological well-being and the consumption of fruits and vegetables. *Health psychology: official journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, 37(10):959–967.
- Hausler M, Strecker C, Huber A, Brenner M, Hoge T, Hofer S. (2017). Distinguishing Relational Aspects of Character Strengths with Subjective and Psychological Well-being. *Personality and Social Psychology. Front. Psychol*, 8:1159.
- Tang YY, Tang R, Gross JJ. (2019). Promoting Psychological Well-Being Through an Evidence-Based Mindfulness Training Program. *Front. Hum. Neurosci*, 13:237.
- Koydemir S, Sökmez AB, Schütz A. (2021). A Meta-Analysis of the Effectiveness of Randomized Controlled Positive Psychological Interventions on Subjective and Psychological Well-Being. *Applied Research in Quality of Life*, 16(3):1145–1185
- Mosley-Johnson E, Garacci E, Wagner N, Mendez C, Williams JS, Egede LE. (2019). Assessing the relationship between adverse childhood experiences and life satisfaction, psychological well-being, and social well-being: United States Longitudinal Cohort 19952014. *Quality of life research : an international journal of quality of life aspects of treatment, care and rehabilitation*, 28(4):907–914.

- Barida M, Muarifah A. (2018). The Role of Teachers' Communication Skills On Children' Well-Being In School. *Proceeding of International Conference On Child-Friendly Education, Muhammadiyah Surakarta University, April 21st-22nd*, 478-482.
- Erfani SS, Abedin B. (2018). Impacts of the use of social network sites on users' psychological well-being: A systematic review. *Journal of the Association for Information Science and Technology*.
- McDool E, Powell P, Roberts J, Taylor K. (2020). The internet and children's psychological wellbeing. *Journal of Health Economics*, 69: 1-20.
- Twenge JM, Campbell WK. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12:271–283.
- Godinic D, Obrenovic B, Khudaykulov A. (2020). Effects of Economic Uncertainty on Mental Health in the COVID-19 Pandemic Context: Social Identity Disturbance, Job Uncertainty and Psychological Well-Being Model. *International Journal of Innovation and Economic Development*, 6(1):61–74.
- Philip J, Cherian V. (2020). Factors affecting the psychological well-being of health care workers during an epidemic: A thematic review. *Indian J Psychol Med.*, 42(4):323–333.