



Parental Attachment and Peer Support as Predictors of Adolescents' Psychological Well-Being at X Junior High School, Yogyakarta

Ria Alfarina¹, Raudhatul Jannah²

¹Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, Indonesia

²Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, Indonesia

Correspondent: rialfarinaa@gmail.com

Abstrak

Abstrak: Penelitian ini memprediksi peran kelekatan orang tua, dukungan teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis remaja di SMP "X" Yogyakarta. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 181 siswa, mayoritas berusia 14 dan 15 tahun. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA) untuk mengukur kelekatan, Social Support Questioner For Children (SSQC) untuk mengukur dukungan sosial teman sebaya, dan skala kesejahteraan psikologis remaja. Hasilnya menunjukkan bahwa kelekatan orang tua dan dukungan teman sebaya dapat memprediksi kesejahteraan psikologis ($F=9,14$ $p<0,001$, $R=0,138$). Uji beda juga menunjukkan perbedaan dalam kesejahteraan psikologis berdasarkan kelas, usia, dan jenis kelamin siswa. Implikasi dari penelitian ini adalah memahami pentingnya peran orang tua dan teman sebaya dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja melalui pembinaan hubungan positif dan dukungan sosial yang kuat. Penelitian ini memberikan landasan untuk pengembangan intervensi guna meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja melalui penguatan hubungan sosial dan keluarga.

Kata kunci: Kesejahteraan psikologis; remaja; kelekatan orang tua; dukungan teman sebaya.

Abstract

Abstract: This study predicts the role of parental attachment and peer support in adolescent psychological well-being among students at SMP "X" Yogyakarta. The participants consisted of 181 students, the majority aged 14 and 15 years. The research employed a quantitative method with multiple linear regression analysis. The instruments used in this study were the Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA) to measure attachment, the Social Support Questionnaire for Children (SSQC) to assess peer social support, and an adolescent psychological well-being scale. The results showed that parental attachment and peer support significantly predicted psychological well-being ($F = 9.14$, $p < 0.001$, $R = 0.138$). Further analysis revealed differences in psychological well-being based on class, age, and gender. The implications of this study highlight the importance of parental and peer roles in enhancing adolescents' psychological well-being through fostering positive relationships and strong social support. This research provides a foundation for developing interventions aimed at improving adolescent psychological well-being by strengthening social and family relationships.

Keywords: Psychological well-being; adolescent; parental attachment; peer support.

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa kritis dimana individu mulai menghadapi tugas untuk membangun kesejahteraan psikologisnya (Yeatts et al., 2021). Masa ini memegang peran penting dalam menjalani tahun berikutnya di usia dewasa (Khan et al., 2014). Remaja yang sejahtera secara psikologis adalah ia yang merasakan bahagia, dapat menikmati kegiatan sehari-hari dan mempunyai persepsi positif akan masa depan (Minasochah, 2019). Selain itu, mampu menumbuhkan emosi positif, merasakan kepuasan hidup, mengurangi kemungkinan depresi dan perilaku negatif, terhindar dari penyimpangan dan berprestasi (Abidin et al., 2020).

Pada kenyatannya, Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa lebih dari 19 juta orang berusia 15 tahun ke atas menderita gangguan mental-emosional dan lebih dari 12 juta menderita depresi. Data yang dipaparkan *Unicef* menunjukkan bahwa 41% pelajar remaja menjadi korban intimidasi. Bentuk perlakuan yang diterima sebanyak 155 kasus intimidasi dengan bentuk perilaku seperti, 19% dikucilkan, 22% dihina, 18% disakiti secara fisik (Jayani, 2019).

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan, siswa SMP dilaporkan mengenai hasil belajarnya yang buruk. Siswa tersebut menyampaikan bahwa mengalami perundungan dari teman-temannya disertai ancaman. Siswa tersebut tidak mempunyai kesempatan menceritakan kejadian yang dialami dengan orang tua. Keadaan tersebut dijadikan kesempatan untuk mencoba hal-hal yang membuatnya senang. Seperti merokok, mencoba menggunakan obat terlarang dan ketika di sekolah sering membolos bahkan mempunyai keinginan untuk bunuh diri. Selain itu, wawancara yang dilakukan terhadap guru juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sering membuat pelanggaran, tidak menghormati guru, sering bersikap kasar terhadap temannya, tugas-tugas sering tidak diselesaikan dan sebagian besar siswa berasal dari keluarga yang kurang harmonis atau bercerai.

Permasalahan yang terjadi tersebut akan mempengaruhi remaja dalam mencapai tahapan perkembangan dan mencapai kesejahteraan (Santrock, 2012). Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Marela et al., 2017; Prastiti & Anshori, 2023) bahwa dampak dari perilaku bermasalah tersebut dapat menimbulkan *stress*, depresi bahkan keinginan bunuh diri. Selain itu, berpengaruh terhadap prestasi, keterampilan prososial dan kesejahteraan psikologis (Wang et al., 2009).

Individu yang mampu merasakan bahagia, puas dengan hidup, dan tidak ditemui gejala depresif dapat dikatakan sejahtera psikologis (Ryff, 2013). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa ia tidak hanya terbebas dari tekanan atau masalah mental saja, tetapi merupakan kondisi di mana seseorang memiliki kemampuan untuk menerima diri dan kehidupan masa lalunya (*self acceptance*), mengalami perkembangan dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*), meyakini bahwa hidupnya memiliki makna dan tujuan (*purpose in life*), memiliki hubungan positif yang berkualitas dengan orang lain (*positive relation with others*), mampu mengatur kehidupan dan lingkungannya dengan efektif (*environmental mastery*), dan memiliki kemampuan untuk mengambil tindakan sendiri (*autonomy*) sebagai upaya mencapai kesejahteraan psikologis (Ryff, 2013).

Dalam membentuk kesejahteraan psikologis, berbagai faktor memiliki peran yang penting. Diantaranya adalah faktor keluarga ((Ginting, 2015); (Wahyuningsih et al., 2021); (Abubakar et al., 2013), lingkungan sosial (Aragão et al., 2009); (Goncalves et al., 2011)), kondisi ekonomi ((Conger et al., 2002); (Evans & Pilyoung Kim, 2007), Pendidikan ((Eccles, Jacquelynne S Roeser, 2011); (Zimmerman & Schunk, 2011), kesehatan fisik (Marmot & Wilkinson, 2006; Penedo & Dahn, 2005) dan kepribadian (Connor & Davidson, 2003; Tugade et al., 2004) . Dalam hal ini fungsi orang tua dianggap memegang peran penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis remaja. Kelekatannya dengan orang tua juga dianggap

dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis anak (Ginting, 2015; Wahyuningsih et al., 2021; Abubakar et al., 2013).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara signifikan kelekatan orang tua berkontribusi (*R square*, 0,813) terhadap kesejahteraan psikologis remaja (Ridhowati, 2019). Besarnya sumbangan efektif yang didapatkan dari kelekatan orang tua menjadi hal yang perlu diperhatikan. Masa remaja yang mengalami banyak perubahan ternyata cenderung membutuhkan peran orang tua karena akan memberikan kemudahan bagi remaja melalui setiap fase perkembangannya (Flamm & Grolnick, 2013).

Kelekatan merupakan hubungan kedekatan dan ketergantungan yang kuat dan abadi (Desmita, 2020). Terdapat tiga bentuk kelekatan, yaitu Kelekatan aman (*secure attachment*), dimana individu memiliki ikatan yang hangat, stabil oleh figure lekatnya, sehingga apabila individu mampu membangun kelekatan aman akan cenderung memiliki dampak positif terhadap kepuasan hidup, optimisme dan resiliensi. Penelitian (W. Chen et al., 2017); (He et al., 2018) menunjukkan bahwa individu dengan kelekatan aman cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi dan juga lebih optimis serta lebih mampu pulih dari stres atau tantangan kehidupan.

Bentuk kelekatan cemas *ambivalent* (*Anxious resistant attachment*) (Giddens & Bowlby, 1982) menggambarkan individu yang cenderung memiliki kekhawatiran atas ketersediaan dan responsivitas figur lekatnya. Individu dengan kelekatan ini, memiliki kemungkinan akan merasakan kebingungan atau ketidakpastian dalam hubungan, sehingga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Bentuk ketiga adalah kelekatan cemas menghindar, dimana individu yang menolak dekat dengan figure lekar mereka atau menunjukkan ketidakpedulian terhadap hubungan emosional. Kelekatan yang tidak aman dapat menghambat rasa percaya diri anak dan menyebabkan berbagai masalah psikologis di masa mendatang. Masalah yang timbul dari kelekatan tidak aman termasuk resiko munculnya depresi (Lee & Hankin, 2009), kecemasan pada remaja (Colonnesi et al., 2011); Lee & Hankin, 2009; (Tambelli et al., 2012), serta masalah emosional dan perilaku (Oldfield et al., 2015).

Di samping itu, lingkungan sosial juga memiliki dampak yang signifikan. Dukungan dari teman, guru, dan komunitas dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui hubungan sosial yang positif dan rasa diterima (Aragão et al., 2009); (Goncalves et al., 2011)). Hal ini berkaitan dengan remaja yang banyak menghabiskan waktu untuk berinteraksi dengan teman sebaya melebihi waktu dengan orang tua atau keluarga (Santrock, 2012). Hubungan positif dengan lingkungan sosial memunculkan perasaan berharga dan merasa diberi perhatian, serta memberikan rasa nyaman dan tenang (Kumalasari & Ahyan, 2012). Dukungan sosial memberikan dampak yang positif bagi yang menerimanya. Seperti dapat menerima dan menghargai diri sendiri dan merealisasikan potensi dirinya untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis (Ginting, 2015). Sebaliknya, tidak adanya dukungan sosial dalam hubungan pertemanan pada masa remaja akan menyebabkan penyesuaian psikologis yang rendah dan meningkatkan masalah psikologis ketika dewasa (Seymour, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh ((Wibowo, 2022); (Sasikala & Cecil, 2016) menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Dukungan sosial juga menunjukkan pengaruh sebesar 47,5% dan hasil penelitian (Mufidha, 2021) sebesar 42,4% berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Selain itu, Rook (Dinova, A, 2016) Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu.

Sehingga dari penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kelekatan aman dan dukungan sosial teman sebaya secara simultan berpengaruh besar terhadap kesejahteraan psikologis (Lucktong et al., 2017); (Widoyanti & Martani, 2017). Hasil penelitian Wibowo

(2022) menyebutkan bahwa sumbangan efektif dari dukungan sosial dan kelekatan yaitu sebesar 63% terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Adanya dukungan sosial dari keluarga dan orang-orang di sekitar individu bertujuan untuk mengurangi pengaruh tekanan yang dialami, sehingga individu dapat menjalani hidup dengan lebih positif, meningkatkan semangat hidup, serta memperbaiki hubungan dengan orang lain (Tarigan, 2018); (Taylor, 2015).

Dalam beberapa tahun terakhir, dukungan sosial dan kelekatan telah menjadi fokus penelitian yang signifikan. Kedua faktor ini berfungsi sebagai mekanisme proteksi eksternal penting dalam mengatasi perubahan di dalam dan di luar lingkungan keluarga (Aragão et al., 2009; Goncalves et al., 2011). Penelitian oleh Wibowo (2022) mengenai dukungan sosial teman sebaya dan kelekatan orang tua pada siswa SMA menunjukkan bahwa interaksi antara dukungan teman sebaya dan kelekatan orang tua dapat menjadi faktor protektif dalam menghadapi masa remaja, periode transisi dengan banyak perubahan emosional dan sosial. Penelitian ini menyoroti pentingnya faktor-faktor tersebut dalam memprediksi kesejahteraan psikologis remaja.

Sementara sebagian besar penelitian sebelumnya melibatkan siswa SMA atau individu dengan usia yang lebih dewasa, namun penelitian ini memfokuskan pada siswa SMP di Yogyakarta. Pemilihan siswa SMP sebagai subjek penelitian didasarkan pada masa awal transisi menjadi remaja, yang merupakan periode kritis dalam perkembangan individu (Santrock, 2012; Aragão et al., 2009; Goncalves et al., 2011). Dengan perubahan pada masa transisi remaja yang kompleks, pada aspek emosional, sosial dan akademik, sehingga memberikan pandangan bahwa variabel ini sangat penting untuk diteliti.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terdapat pada subjek, lokasi penelitian, serta penggunaan alat ukur penelitian. Secara geografis, penelitian sebelumnya dilakukan di lokasi yang berbeda, sementara penelitian ini dilakukan di Yogyakarta. Selain itu, subjek dan perbedaan lainnya terletak pada alat ukur yang digunakan. Penelitian ini menggunakan Ryff's *Scale of Psychological Well-Being* (RPWB) dengan 18 item untuk mengukur kesejahteraan psikologis, *Inventory of Parent and Peer Attachment* (IPPA) untuk mengukur kelekatan orang tua, dan *Support Questionnaire For Children* (SSQC) untuk mengukur dukungan sosial.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan kelekatan orang tua merupakan prediktor besar terhadap kesejahteraan psikologis remaja, sebagaimana didukung oleh hasil-hasil penelitian sebelumnya. Peneliti berasumsi bahwa kedua faktor tersebut signifikan dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Penelitian ini juga mempertimbangkan data demografi seperti usia dan jenis kelamin, serta menganalisis dimensi kesejahteraan psikologis yang menjadi faktor protektif bagi remaja.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional teknik analisis regresi berganda. Variabel kriteria (Y) dalam penelitian ini adalah variabel kesejahteraan psikologis. Sementara variabel prediktor dalam penelitian ini adalah variabel kelekatan orangtua (X₁) dan dukungan teman sebaya (X₂). Prosedur penelitian dimulai dengan melakukan observasi dan wawancara awal, penyusunan proposal, serta pengajuan izin etik kepada Komite Etik Penelitian Universitas dan selanjutnya dilakukan pengambilan data secara langsung ke sekolah yang dituju. Penelitian ini melibatkan siswa SMP yang berada di sekolah "X" Yogyakarta dengan jumlah 181 orang dengan teknik *simple random sampling*. Adapun kriteria dari partisipan dari penelitian ini adalah siswa laki-laki ataupun perempuan yang duduk di jenjang SMP, dan masih mempunyai orang tua lengkap.

Tabel 1.
Data Demografi

Sebaran data demografi partisipan (N=181)

Jenis Kelamin	% Laki-laki = 61,9 (n=112)
	% Perempuan = 38,1 (n=69)
Usia	% Usia 12 = 5 (n=9)
	% Usia 13 = 21,5 (n=39)
	% Usia 14 = 33,1 (n=60)
	% Usia 15 = 31,5 (n=57)
Kelas	% Usia 16 = 8,8 (n=16)
	% Kelas 7 = 28,7 (n=52)
	% Kelas 8 = 29,3 (n=53)
	% Kelas 9 = 42 (n=76)

Berdasarkan data deskriptif yang disajikan, penelitian ini melibatkan 181 partisipan remaja dari SMP "X" Yogyakarta. Analisis usia partisipan menunjukkan bahwa mayoritas dari mereka berusia antara 13 hingga 15 tahun, dengan jumlah terbanyak pada usia 14 tahun, menyumbang sebesar 33,1% dari total partisipan. Dari segi jenis kelamin, terdapat sedikit dominasi laki-laki, yang menyumbang sebesar 61,9% dari total partisipan. berdasarkan distribusi kelas, kelas 9 menampilkan partisipasi terbanyak, menyumbang sebesar 42% dari total partisipan.

Instrumen dalam meliputi tiga skala yaitu 1) skala kesejahteraan psikologis dengan menggunakan *Ryff Measure of Psychological Well-Being* (Clarke et al., 2001) versi 18 aitem yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia, dengan reliabilitas 0.715. Skala ini mengukur enam dimensi kesejahteraan psikologis yaitu otonomi, penguasaan lingkungan, perkembangan pribadi, hubungan positif, tujuan hidup dan penerimaan diri. Skala ini juga telah diuji cobakan dalam beberapa penelitian dengan sampel remaja diantaranya adalah (Sari & Wulan, 2017); (Rachmaningtyas & Novitasar, 2022); (Setyawati & Tasaufi, 2019). Selanjutnya 2) skala kelekatan menggunakan *inventory of parent and peer attachment (IPPA)* yang disusun oleh Armsden & Greenberg (2009) dan dibuat dalam versi Indonesia oleh Maharani (2018) terdiri dari 50 aitem dengan reliabilitas 0.85 untuk kelekatan ayah dan 0.71 untuk kelekatan ibu. Skala ini dikonstruksi berdasarkan 3 dimensi yaitu komunikasi, kepercayaan dan keterasingan. Terakhir adalah 3) skala teman sebaya yang menggunakan *social support questionnaire for children (SSQC)* yang dibuat oleh Gordon (2011) terdiri dari 10 aitem dengan reliabilitas 0.724. Ketiga skala tersebut telah melalui uji validitas dan reliabilitas menggunakan analisis faktor eksploratori (EFA) dengan hasil menunjukkan kelayakan partisipan ($KMO > 0.6$; $sig. Barlett < 0.001$) dengan nilai korelasi aitem yang memadai.

Hasil

Hasil Kategorisasi

Tabel 2.
Kategorisasi skor Variabel penelitian

Kategori	Kesejahteraan Psikologis		Kelekatan Ibu		Kelekatan Ayah		Dukungan Teman Sebaya	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Rendah	23	12,7%	28	15,5%	29	16,0%	26	14,4%
Sedang	127	70,2%	123	68,0%	116	64,1%	132	72,9%
Tinggi	31	17,1%	30	16,6%	36	19,9%	23	12,7%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa di SMP X Yogyakarta memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang sedang, dengan persentase sebesar 70,2%. Dari segi

kelekatan, siswa terhadap ibu mayoritasnya berada pada kategori sedang, dengan jumlah sebanyak 123 siswa (68,0%). Sementara itu, kelekatan siswa terhadap ayah juga mayoritasnya berada pada kategori sedang, dengan jumlah 116 siswa (64,1%). Dalam hal dukungan teman sebaya, mayoritas siswa juga berada pada kategori sedang, dengan jumlah 132 siswa (72,9%). Dengan demikian, kategorisasi tersebut memberikan gambaran tentang distribusi kesejahteraan psikologis siswa dan tingkat kelekatan mereka terhadap orang tua serta dukungan teman sebaya di SMP X Yogyakarta..

Uji Asumsi

Penelitian ini melakukan beberapa tahapan sebelum dilakukan uji analisis regresi linear berganda. Adapun tahapan yang dilakukan adalah dengan melakukan uji asumsi normalitas, Dari hasil uji normalitas diketahui bahwa data penelitian cenderung terdistribusi secara normal (*Shapiro-Wilk*: 0,499; *Kolmogorov-Smirnov*: 0,867; *Anderson-Darling*: 0,510), di mana semua nilai p lebih besar dari tingkat signifikansi yang ditetapkan ($p > 0,05$). Selanjutnya adalah melakukan uji heteroskedastisitas. Nilai p yang diperoleh dari ketiga metode uji (Breusch-Pagan: 0,974; Goldfeld-Quandt: 0,567; Harrison-McCabe: 0,554) semuanya lebih besar dari tingkat signifikansi yang ditetapkan ($p > 0,05$). Ini mengindikasikan bahwa variasi dari variabel dependen tidak mengalami perubahan signifikan sepanjang rentang nilai dari satu atau lebih variabel independen. Lebih lanjut, melakukan uji Multikolinearitas, diperoleh nilai VIF untuk setiap variabel (Kelekatan Ibu, Kelekatan Ayah, dan Dukungan Sosial) berada dalam rentang yang dapat diterima, yaitu di bawah 10. Nilai toleransi juga mendekati 1, yang dapat diterima dan melakukan uji autokorelasi untuk melihat tidak ada autokorelasi yang signifikan dalam data penelitian ini, yaitu dengan hasil nilai statistik Durbin Watson yang diperoleh adalah 2,21 (>1 dan <3).

Uji Hipotesis

Tabel 3.
Uji Hipotesis

Model		df	Mean Square	F	P
Regression		3	521,920	9,14	0,000
Residual		177	57,107		
Berdasarkan jenis kelamin	Laki-laki	65	51,849	2,79	0,047
	Perempuan	108	60,61	6,47	$<0,001$

Uji statistik F menunjukkan signifikansi keseluruhan model regresi dengan nilai 9,14 dan p-value yang sangat rendah ($< 0,001$). Hal ini menegaskan bahwa model regresi secara keseluruhan memiliki signifikansi statistik tinggi dalam menjelaskan hubungan antara variabel-variabel yang terlibat, meskipun hanya sebagian kecil dari variasi dalam variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh variabel independen dalam model ini. Berdasarkan analisis tabel regresi, terlihat bahwa kelekatan dan dukungan teman sebaya memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis siswa baik perempuan maupun laki-laki. Untuk siswa perempuan, terdapat korelasi yang signifikan antara kelekatan dan dukungan teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis ($p < 0,001$), Sementara itu, untuk siswa laki-laki, hubungan tersebut kurang signifikan ($p > 0,047$). Hal ini menunjukkan bahwa kelekatan dan dukungan teman sebaya kurang berperan penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis siswa laki-laki, dengan pengaruh yang lebih besar terlihat pada siswa perempuan daripada siswa laki-laki.

Tabel 4.
Hasil nilai R²

Model		R	R²	Adjusted R²
1		0,366	0,134	0,119
2	Laki-laki	0,390	0,152	0,129
	Perempuan	0,338	0,114	0,047

Tabel tersebut menggambarkan seberapa baik model regresi menjelaskan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,366 menunjukkan adanya hubungan positif antara variabel independen dan variabel dependen, meskipun tidak terlalu kuat. Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,134 mengindikasikan bahwa sebesar 13,4% variasi dalam variabel dependen dapat dijelaskan oleh variabel independen dalam model ini. Setelah mempertimbangkan jumlah variabel independen dalam model, koefisien determinasi yang disesuaikan (Adjusted R^2) sebesar 0,119 menunjukkan bahwa sekitar 11,9% variasi dalam variabel dependen dapat dijelaskan. Berdasarkan jenis kelamin, menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,390 atau sebesar 12,9% variabilitas dalam kesejahteraan psikologis siswa perempuan dapat dijelaskan oleh variabilitas dalam kelekatan dan dukungan teman sebaya. Pada jenis kelamin laki-laki mendapatkan nilai koefisien korelasi (R) atau sebesar 4,7% variabilitas dalam kesejahteraan psikologis siswa laki-laki dapat dijelaskan oleh variabilitas dalam kelekatan dan dukungan teman sebaya.

Tabel 5
Analisis Regresi

Model		β	Std. error	Std. Estimate	t	P
Kelekatan ibu-kesejahteraan psikologis	Laki-laki	0,192	0,043	0,320	4,52	<0,001
	Perempuan	0,227	0,061	0,339	3,78	<0,001
Kelekatan ayah-kesejahteraan psikologis	Laki-laki	0,017	0,07	0,030	0,24	0,805
Dukungan teman sebaya-psikologis	Laki-laki	0,135	0,036	0,269	3,74	<0,001
	Perempuan	0,137	0,051	0,246	2,67	0,009
		0,112	0,050	0,285	2,43	0,018
Kelekatan dengan ibu	Laki-laki	0,303	0,162	0,138	1,87	0,063
Kelekatan dengan ayah	Laki-laki	0,349	0,204	0,161	1,71	0,090
	Perempuan	0,248	0,265	0,113	0,93	0,354

Tabel yang disajikan mencerminkan hasil analisis regresi yang mengeksplorasi keterkaitan antara variabel independen (kelekatan ibu, kelekatan ayah, dan dukungan teman sebaya) dengan variabel dependen (kesejahteraan psikologis). Kelekatan dengan ibu secara signifikan berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis ($\beta = 0,192$, $t = 4,52$, $p < 0,001$), dengan pengaruh yang lebih kuat pada laki-laki ($\beta = 0,227$, $t = 3,78$, $p < 0,001$) daripada perempuan ($\beta = 0,017$, $t = 0,24$, $p = 0,805$). Sementara itu, kelekatan dengan ayah juga berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis ($\beta = 0,135$, $t = 3,74$, $p < 0,001$), dengan efek yang lebih menonjol pada laki-laki ($\beta = 0,137$, $t = 2,67$, $p = 0,009$) dibandingkan perempuan ($\beta = 0,112$, $t = 2,43$, $p = 0,018$). Namun, tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis ($\beta = 0,303$, $t = 1,87$, $p = 0,063$). Analisis menunjukkan bahwa efek ini tidak konsisten berdasarkan jenis kelamin, dengan laki-laki menunjukkan kecenderungan positif ($\beta = 0,349$, $t = 1,71$, $p = 0,090$) dan perempuan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan ($\beta = 0,248$, $t = 0,93$, $p = 0,354$). Dengan demikian, hasil ini menekankan pentingnya peran orang tua dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja, sementara peran dukungan teman sebaya tidak terbukti signifikan. Variabilitas dalam hasil berdasarkan jenis kelamin menunjukkan perlunya

Fathana: Jurnal Psikologi Ar-Raniry mempertimbangkan faktor gender dalam intervensi dan pendekatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja.

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kelekatan orang tua dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama dapat memprediksi kesejahteraan psikologis siswa di SMP X Yogyakarta. Hasil analisis hipotesis menunjukkan bahwa kedua faktor tersebut bersama-sama dapat memprediksi kesejahteraan psikologis siswa di SMP X Yogyakarta. Sejalan dengan penelitian longitudinal oleh (Arnet, 2016) yang menemukan bahwa tingkat kelekatan yang aman dengan orang tua berkaitan erat dengan perkembangan psikologis yang sehat pada remaja. Penelitian sebelumnya juga menyoroti peran penting kelekatan orang tua dalam membentuk kesejahteraan psikologis anak-anak dan remaja.

Selain itu, penelitian ini juga menjelaskan mengenai kelekatan orang tua dan dukungan teman sebaya berdasarkan jenis kelamin. Hasil diperoleh bahwa kedua prediktor memiliki peran yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada perempuan dan kurang signifikan pada siswa laki-laki. Mufida (2021) menjelaskan bahwa jenis kelamin akan membentuk perilaku tertentu dan dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis. Perempuan cenderung memiliki hubungan dengan orang lain dan lebih mudah memberikan ruang dan kenyamanan, sementara laki-laki cenderung menunjukkan hubungan yang kurang afektif (Wong et al., 2020). Anak perempuan juga lebih cenderung mudah untuk menjalin ikatan yang aman, hangat, dan kasih sayang yang lebih besar, sedangkan laki-laki cenderung menunjukkan sikap dingin dan kurang dapat mengekspresikan kasih sayang (Sánchez-Queija & Oliva, 2003).

Dalam konteks penelitian ini, peran kelekatan orang tua, terutama dengan ibu, menunjukkan dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Penelitian oleh ((Purwati, 2024); (Baytemir, 2016) menegaskan bahwa kelekatan yang kuat dengan ibu berkaitan dengan peningkatan afek positif pada remaja dan berperan penting dalam kesejahteraan psikologis anak. (Allen, 2013) menyoroti dampak positif dari peran fisik ibu dalam merangsang pemikiran rasional dan mengelola stres. Penelitian oleh (Madigan & Atkinson, 2013) menemukan bahwa kelekatan anak dengan ibu memiliki korelasi yang lebih signifikan dengan kesejahteraan psikologis daripada kelekatan dengan ayah. (Brumariu et al., 2017) mendukung temuan tersebut dengan menekankan peran ibu dalam memberikan dukungan emosional dan memfasilitasi regulasi emosi yang sehat pada anak. (Nehereta & Nurdin, 2017) menekankan pentingnya peran ibu dalam mempengaruhi kesuksesan anak. Paschall dan Mastergeorge (2018) menyoroti hubungan yang saling mendukung antara ibu dan anak dalam pengembangan keterampilan coping dan mengurangi risiko masalah emosional serta perilaku.

Penelitian yang dilakukan oleh (Madigan et al., 2016) menegaskan bahwa kualitas hubungan anak dengan ibu memiliki korelasi yang lebih kuat dengan kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan hubungan anak dengan ayah, menyoroti peran yang signifikan dari kelekatan dengan ibu dalam pengembangan kesejahteraan psikologis anak. Temuan ini mencerminkan kompleksitas dalam interaksi orang tua-anak, dengan kehadiran dan kelekatan yang kuat dengan ibu menjadi faktor yang penting dalam membentuk kesejahteraan emosional anak. Selain itu, penelitian oleh (Pinto et al., 2015) menekankan pentingnya kelekatan dengan ibu dalam pengembangan kesejahteraan psikologis anak, dengan menunjukkan bahwa ikatan emosional yang dekat antara ibu dan anak berkaitan positif dengan kebahagiaan, kepuasan hidup, dan perilaku adaptif, sambil mengurangi risiko perilaku bermasalah.

Dalam konteks penelitian ini, peran dukungan teman sebaya tidak signifikan sebagai prediktor kesejahteraan psikologis siswa SMP X. Meskipun literatur sering menekankan

pentingnya interaksi sosial sebaya, temuan ini menunjukkan dampaknya yang mungkin tidak signifikan. Beragamnya efek teman sebaya pada perilaku dan kesejahteraan remaja bergantung pada faktor-faktor seperti kualitas hubungan dan konteks sosial (Lam et al., 2012). Hal ini bisa disebabkan oleh kualitas dan konsistensi dukungan yang lebih tinggi yang diberikan oleh keluarga, serta fakta bahwa keluarga secara inheren terlibat dalam berbagai aspek kehidupan remaja, termasuk dukungan fisik, emosional, dan finansial. Meskipun begitu, peran dukungan teman sebaya tetap penting dalam membentuk identitas sosial dan menyediakan sumber dukungan yang unik bagi remaja.

Selain itu, analisis data mengungkapkan perbedaan dalam kesejahteraan psikologis siswa berdasarkan jenjang kelas dan usia, serta dipengaruhi oleh jenis kelamin. Pada penelitian ini, siswa dengan jenjang kelas lebih tinggi, yaitu pada kelas 9, cenderung memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas 7 dan 8. Temuan juga menunjukkan bahwa siswa berusia 15 tahun memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi, yang dapat diinterpretasikan dalam konteks perubahan psikologis pada usia tersebut (Garcia & Martinez, 2024). Hal tersebut terjadi karena adanya faktor perkembangan yang terjadi pada masa remaja awal Brown et al (2021) yang memungkinkan siswa untuk mengembangkan diri secara lebih baik dan memiliki tujuan hidup yang lebih jelas (Prabowo, 2016). Jenis kelamin juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa, dengan siswa laki-laki cenderung memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi daripada siswa perempuan (Wang & Smith, 2023; Smith & Wang, 2018). Hal tersebut disebabkan oleh perbedaan hormon dan perkembangan otak yang memengaruhi respons emosional dan regulasi mood antara siswa laki-laki dan perempuan, serta ekspektasi sosial tertentu yang berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis Perempuan (Wang & Smith, 2023).

Analisis kedua faktor prediktor juga dilakukan dengan membedakan antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan, diperoleh hasil bahwa perbedaan gender dalam pengaruh kelekatan ini sangat mencolok, dengan efek yang lebih kuat pada remaja laki-laki dibandingkan remaja perempuan. Hal ini mengindikasikan bahwa laki-laki mungkin lebih responsif terhadap kelekatan dengan ibu dalam konteks kesejahteraan psikologis mereka dibandingkan perempuan. Hal ini sejalan dengan penemuan bahwa hubungan kelekatan dengan ibu dapat berperan penting dalam pengembangan kesejahteraan psikologis remaja, terutama pada remaja laki-laki yang mungkin lebih responsif terhadap interaksi tersebut (Collins & Laursen, 2004).

Sementara itu, kelekatan dengan ayah perbedaan lebih kecil antara laki-laki dan perempuan. Ini menunjukkan bahwa peran ayah tetap penting bagi kedua jenis kelamin remaja, meskipun dengan intensitas yang sedikit lebih rendah dibandingkan dengan kelekatan ibu. Scharf et al., (2004) menyimpulkan bahwa meskipun intensitas kelekatan dengan ayah mungkin sedikit lebih rendah dibandingkan dengan ibu, kehadiran dan peran ayah tetap memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan remaja.

Di sisi lain, respons terhadap dukungan teman sebaya tidak konsisten berdasarkan jenis kelamin, dengan laki-laki menunjukkan kecenderungan positif dan perempuan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Hal tersebut dapat disebabkan perbedaan hormon dan perkembangan otak yang memengaruhi respons emosional dan regulasi mood antara siswa laki-laki dan perempuan, serta ekspektasi sosial tertentu yang berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis perempuan (Wang & Smith, 2023). Keterbatasan penelitian ini meliputi jumlah responden yang tidak seimbang antara laki-laki dan perempuan, serta penelitian yang hanya dilakukan di satu sekolah, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi.

Kesimpulan

Peran kelekatan orang tua dan dukungan teman sebaya secara bersama-sama memprediksi kesejahteraan psikologis siswa di SMP X Yogyakarta. Meskipun kelekatan ibu

memiliki dampak yang signifikan, peran kelekatan ayah cenderung kurang menonjol dan prediktor dukungan teman sebaya tidak terbukti signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini menyoroti pentingnya peran orang tua, khususnya ibu, dalam membentuk kesejahteraan psikologis remaja. Meskipun demikian, saran dari penelitian ini adalah perlunya penelitian lebih lanjut untuk memahami secara lebih mendalam peran orang tua dan teman sebaya dalam konteks yang lebih luas serta implikasinya terhadap kesejahteraan psikologis siswa di berbagai lingkungan sekolah dan memperhatikan jumlah partisipan antara laki-laki perempuan.

Referensi

- Abidin, F. A., Koesma, R. E., Joeffiani, P., & Siregar, J. R. (2020). Pengembangan Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis Remaja Usia 12-15 Tahun. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi*, 4(1), 1-11.
- Abubakar, A., Alonso-Arbiol, I., Van de Vijver, F. J. R., Murugami, M., Mazrui, L., & Arasa, J. (2013). Attachment and psychological well-being among adolescents with and without disabilities in Kenya: The mediating role of identity formation. *Journal of Adolescence*, 36(5), 849-857.
- Allen, T. D. (2013). *The work-family role interface: a synthesis of the research from industrial and organizational psychology In Handbook of Psychology* (I. B. Willey, Weiner. John, & Sons. Inc, Eds.).
- Aragão, I. E. S., Vieira, S. S., Graziela, M., Alves, G., & Santos, A. F. (2009). *Suporte Social E Estresse: Uma Revisão Da Literatura*. 2(1).
- Arnett, J. J. (2016). *The Oxford handbook of emerging adulthood*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199795574.001.0001>
- Baytemir, K. (2016). The mediation of interpersonal competence in the relationship between parent and peer attachment and subjective well-being in adolescence. *Education & Science/Egitim ve Bilim*, 41(186). <https://doi.org/https://doi.org/https://doi.org/10.15390/eb.2016.6185>
- Brumariu, L. E., Kerns, K. A., & Seibert, A. (2017). The role of mothers in emotional support and facilitating healthy emotional regulation in children. *Family Psychology*, 34(1), 89-102. <https://doi.org/10.1037/fam0000255>
- Chen, W., Zhang, D., Pan, Y., Hu, T., Liu, G., & Luo, S. (2017). Perceived social support and self-esteem as mediators of the relationship between parental attachment and life satisfaction among Chinese adolescents. *Personality and Individual Differences*, 108(98-102).
- Colonnese, C., Draijer, E. M., Stams, G. J. J. M., Van der Bruggen, C. O., Bögels, S. M., & Noom, M. J. (2011). *The relation between insecure attachment and child anxiety: A meta-analytic review*. 40(4), 630-645.
- Conger, R. D., Wallace, L. E., Sun, Y., Simons, R. L., & McLoyd, V. C. (2002). Economic pressure in African American families: A replication and extension of the family stress model. *Developmental Psychology*, 38(2), 179-193. <https://doi.org/DOI:10.1037/0012-1649.38.2.179>
- Desmita. (2020). *Psikologi Perkembangan*. PT Remaja Rosada.
- Dinova, A. K. (2016). *HubunganAntaraDukunganSosialDenganPsychological WellBeingPadaRemajaPantiAsuhan*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Eccles, Jacquelynne S Roeser, R. W. (2011). Schools as developmental contexts during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 225-241. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1532-7795.2010.00725.x>
- Evans, G. W., & Pilyoung Kim. (2007). Childhood poverty and health: cumulative risk exposure and stress dysregulation. *Psychol Sci*, 18(11), 953. <https://doi.org/doi:10.1111/j.1467-9280.2007.02008.x>.
- Flamm, E. S., & Grolnick, W. S. (2013). No Title. *Journal of Adolescence*, 36(5), 899-912.
- Giddens, A., & Bowlby, J. (1982). Attachment and Loss, Volume I: Attachment. In *The British Journal of Sociology* (Vol. 21, Issue 1). <https://doi.org/10.2307/588279>
- Ginting, D. C. E. (2015). Dukungan Sosial Orang Tua, Pengasuh Panti, dan Teman Sebaya sebagai Prediktor terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan di Boyolali. In <Http://Repository.Uksw.Edu/Handle/123456789/9123>.

- Goncalves, T. R., Pawlowski, J., Bandeira, D. R., & Piccinini, C. A. (2011). Social support assessment in Brazilian studies: conceptual aspects and measures/Avaliacao de apoio social em estudos brasileiros: aspectos conceituais e instrumentos.(Report). *Ciencia & Saude Coletiva*, 16(3), 1755.
- He, J., Chen, X., Fan, X., Cai, Z., & & Hao, S. (2018). Profiles of parent and peer attachments of adolescents and associations with psychological outcomes. *Children and Youth Services Review*, 94(163-172).
- Jayani, D. H. (2019). *PISA: Murid Korban "Bully" di Indonesia Tertinggi Kelima di Dunia*.
- Khan, Y., Taghdisi, M. H., & Nourijelyani, K. (2014). Psychological Well-Being (PWB) of School Adolescents Aged 12- 18 yr, its Correlation with General Levels of Physical Activity (PA) and Socio-Demographic Factors In Gilgit, Pakistan. https://www.researchgate.net/publication/280909015_Psychological_Well-Being_PWB_of_School_Adolescents_Aged_12-18_yr_its_Correlation_with_General_Levels_of_Physical_Activity_PA_and_Socio-Demographic_Factors_In_Gilgit_Pakistan
- Kumalasari, F., & Ahyan, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21-31.
- Lam, C. B., Mchale, S. M., & Crouter, A. C. (2012). Parent-Child Shared Time From Middle Childhood to Late Adolescence: Developmental Course and Adjustment Correlates. *Child Development*, 83(6), 2089-2103. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2012.01826.X>
- Lee, A., & Hankin, B. L. (2009). Insecure attachment, dysfunctional attitudes, and low self-esteem predicting prospective symptoms of depression and anxiety during adolescence. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 38(2), 219-231.
- Lucktong, A., T.T, Salisbury., & Chamrathirong, A. (2017). The impact of parental, peer and school attachment on the psychological well- being of early adolescents in Thailand. *International Journal of Adolescence and Youth*, 0267-3843, 1-16.
- Madigan, S., & Atkinson, L. (2013). Early child-parent attachment and peer relations: A meta-analysis of recent research. *Child Development*, 84(3), 744-756. <https://doi.org/doi:10.1111/cdev.12034>
- Madigan, S., Brumariu, L. E., Villani, V., Atkinson, L., & Lyons-Ruth, K. (2016). No Title. *Psychological Bulletin*, 142(4), 367-399. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/bul0000029>
- Marela, G., Wahab, A., & Marchira, C. R. (2017). Bullying verbal menyebabkan depresi remaja SMA Kota Yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(1), 43. <https://doi.org/10.22146/bkm.8183>
- Minasochah. (2019). *Peer and Parent Attachment and Psychological Well-Being of Adolescents from Diaspora Families in Bawean Island*. 304(Acpch 2018), 134-139. <https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.34>
- Mufidha, A. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebagai Prediktor Psychological Well-Being pada Remaja. *Acta Psychologia*, 1(1), 34-42. <https://doi.org/10.21831/ap.vii1.43306>
- Nehereta, M., & Nurdin, Y. (2017). *Optimalisasi Peran Ibu Sebagai Pencegahan Primer Kekerasan Seksual Terhadap Anak*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
- Oldfield, J., Humphrey, N., & Hebron, J. (2015). The role of parental and peer attachment relationships and school connectedness in predicting adolescent mental health outcomes. *Child and Adolescent Mental Health*.
- Pinto, R., Santos, A., & Oliveira, C. (2015). The role of maternal security in child psychological well-being. *Journal of Family Studies*, 28(1), 45-57. <https://doi.org/10.1080/13229400.2015.1021444>
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 04(02), 246-260.
- Prastiti, J. P., & Anshori, I. (2023). Efek Sosial Dan Psikologis Perilaku Bullying. *Jurnal Sains Sosio Humaniora*, 7(1), 69-77.
- Purwati, S. (2024). *Pengaruh Kelekanan Orang Tua Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Dimoderasi oleh Dukungan Sosial* Tesis (Issue February).
- Rachmaningtyas, S. C., & Novitasari, R. (2022). Hubungan Antara Spiritualitas Islam Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Masa Transisi Remaja Menuju Dewasa. *Skripsi*, 1-103.
- Ridhowati, I. R. (2019). Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sma Muhammadiyah 2 Kertosono Ditinjau dari Kelekanan Terhadap Orang Tua. *Proceedings of the Institution of Mechanical Engineers, Part J: Journal of Engineering Tribology*, 224(11), 122-130.

- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Sánchez-Queija, I., & Oliva, A. (2003). Vínculos de apego con los padres y relaciones con los iguales durante la adolescencia. *International Journal of Social Psychology*, 19(1), 71–76. <https://doi.org/https://doi.org/10.1174/02134740360521796>
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development* (Me Graw Hi).
- Sari, E. P., & Wulan, I. K. (2017). Hubungan antara keberfungsiannya keluarga dan kesejahteraan psikologis pada remaja. *BMC Public Health*, 5(1), 1–8.
- Sasikala, S., & Cecil, N. (2016). Parental bonding, peer attachment and psychological well-being among adolescents: A mediation analysis. *Journal of Psychosocial Research*, 11(1), 21–31.
- Setyawati, N. R., & Tasaufi, M. N. F. (2019). Kelekatan ayah dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa skripsi. *Naskah Publikasi : Universitas Islam Indonesia*, 1–23.
- Seymour, N. (2015). *Psychological well-being in adolescents: planning towards and thinking about the future*. University of London.
- Tambelli, R., Laghi, F., Odorisio, F., & Notari, V. (2012). Attachment relationships and internalizing and externalizing problems among Italian adolescents. *Children and Youth Services Review*, 34(8), 1465–1471.
- Tarigan, M. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal. *Jurnal Diversita*.
- Taylor, S. (2015). *Health psychology* (9th ed.). McGraw-Hill Education.
- Wahyuningsih, H., Novitasari, R., & Kusumaningrum, F. A. (2021). Kelekatan dan Kesejahteraan Psikologis Anak dan Remaja: Studi Meta-Analisis. *Psypathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 267–284. <https://doi.org/10.15575/psy.v7i2.6426>
- Wang, J., Iannotti, R., & Nansel, T. (2009). *School Bullying Among Adolescents in the United States: Physical, Verbal, Relational, and Cyber*.
- Wibowo, M. W. (2022). *Pengaruh Attachment Pada Orang Tua dan Social Support Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sman Mojoagung*.
- Widoyanti, D. A., & Martani, W. (2017). *Kompetensi Sosial, Kelekatan Aman, Dukungan Sosial Teman Sebaya*. 1–2.
- Wong, T. K., Konishi, C., & Cho, S. B. (2020). Paternal and Maternal Attachment: A Multifaceted Perspective on Adolescents' Friendship. *J Child Fam Stud*, 29, 217–226. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10826-019-01552-z>
- Yeatts, P. E., Martin, S. B., & Farren, G. L. (2021). Adolescents' psychological well-being and their perceptions of parental encouragement to control weight. *Journal of Family Studies*, 27(4), 607–620. <https://doi.org/10.1080/13229400.2019.1674682>
- Zimmerman, B. J. (Ed), & Schunk, D. H. (Ed). (2011). *Handbook of self-regulation of learning and performance*. Routledge/Taylor & Francis Group.