

GAMBARAN KESEJAHTERAAN SISWA SEKOLAH MENENGAH DI JAKARTA: STUDI SELAMA PANDEMI COVID-19

Rahmah Hastuti¹, Pamela Hendra Heng², Naomi Soetikno³

¹Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: rahmahh@fpsi.untar.ac.id

²Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: pamelah@fpsi.untar.ac.id

³Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: naomis@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine empirically related to the conception of subjective well-being of high school students in Jakarta during the Covid-19 pandemic situation, through a quantitative survey. Measurement were carried out through testing the aspects contains in the subjective well-being as a meaning of evaluation from the student perspective. Data collection was carried out from November until early December 2020. The research instruments includer: informed consent, a questionnaire on the Satisfaction with Life Questionnaire (SWLS) developed by Diener, in the e-questionnaire form. Data collection was done by using convenience sampling technique. This type of sampling is a non-probability sampling. Based on the results on 107 high school students in Jakarta, the majority of whom are women (54.2%) than men. Students are in the range of 15 to 19 year, the majority are 16 years old (35.5%). From the results data processing, it was found that there were differences in student's subjective well-being in terms of the sex of participants. Through this research findings show that students perceive about subjective well-being tends to be high (57.9%). However, based on the analysis with multiple responses that their subjective well-being during the pandemic were varied, some were negative, positive and neutral. The implication of this research, especially on family psychology, is that a meaningful relationship or quality is needed between the teenager and parents. High school student was in the adolescent stage, during the pandemic Covid-19 were feel boredom, sadness because they cannot interact with friends at school and they perceive that there are so many difficulties during school from home, but in the other hands their feel closer to their family.

Keywords subjective well-being, boredom, neutral, family, high school students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara empiris terkait konsepsi kesejahteraan subjektif siswa SMA di Jakarta pada saat situasi pandemi Covid-19, melalui survei kuantitatif. Pengukuran dilakukan melalui pengujian aspek-aspek yang terkandung dalam kesejahteraan subjektif sebagai makna evaluasi dari sudut pandang siswa. Pengumpulan data dilakukan mulai November hingga awal Desember 2020. Instrumen penelitian meliputi: *informed consent*, kuesioner mengenai *Satisfaction with Life Questionnaire (SWLS)* yang dikembangkan oleh Diener, dalam bentuk kuesioner elektronik. Penarikan sampel dalam riset ini adalah *non-probability sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 107 siswa SMA di Jakarta yang mayoritas berjenis kelamin perempuan (54,2%) dibandingkan laki-laki. Siswa dalam rentang usia 15 sampai 19 tahun, mayoritas berusia 16 tahun (35,5%). Dari hasil pengolahan data didapatkan bahwa terdapat perbedaan kesejahteraan subjektif siswa ditinjau dari jenis kelamin peserta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi siswa mengenai kesejahteraan subjektif cenderung tinggi (57,9%). Namun, berdasarkan analisis terkait tanggapan dalam kaitannya dengan kesejahteraan subjektif mereka selama pandemi bervariasi, ada yang negatif, positif dan netral. Implikasi dari penelitian ini, khususnya pada psikologi keluarga, dibutuhkan hubungan atau kualitas yang bermakna antara remaja dan orang tua. Murid SMA yang pada tahap remaja, pada saat pandemi Covid-19 merasa bosan, sedih karena tidak bisa berinteraksi dengan teman di sekolah dan mereka melihat banyak sekali kesulitan selama sekolah dari rumah, namun di sisi lain mereka merasa lebih dekat dengan keluarga mereka.

Kata Kunci: kesejahteraan subjektif, keluarga, siswa SMA

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kesejahteraan dapat dikatakan salah satu konsep paling sentral dalam psikologi (Henriques, 2013). Lebih lanjut diuraikan bahwa konsep kesejahteraan, menyelaraskan empat domain

berbeda yaitu: (a) pengalaman subjektif dari kesenangan dan rasa kepuasan hidup; (b) kesehatan dan fungsi individu; (c) konteks lingkungan; dan (d) ideologi dan pandangan individu mengenai moralitas. Ketika keempat domain ini selaras dalam arah yang positif, maka individu memiliki kesejahteraan. Seligman (2012) berpendapat bahwa topik psikologi positif adalah kesejahteraan, bahwa standar untuk mengukur kesejahteraan, dan tujuan dari psikologi positif adalah untuk adanya peningkatan dalam perkembangan. Kesejahteraan adalah konstruksi, dan kebahagiaan adalah hal yang dapat diukur secara langsung.

Myers (dikutip dalam Hidayah et al., 2016) kesejahteraan adalah kondisi hidup individu secara keseluruhan yang bermakna dan menyenangkan. Diener et al. (2009) menyebutkan kesejahteraan sebagai konstruk psikologis, yang dioperasionalkan dari hubungan yang positif dengan individu lain atau mempunyai perasaan kompeten atau percaya diri dan sebuah kepercayaan bahwa hidup itu bermakna dan bertujuan. Salah satu pendekatan mengenai kesejahteraan adalah kesejahteraan subjektif yang diperkenalkan oleh Diener et al. (2009) yaitu merujuk pada penilaian kognitif dan afektif individu akan hidupnya sebagai sesuatu yang memuaskan atau tidak. Baru-baru ini, psikolog sosial telah mengembangkan penelitian pada kesejahteraan, menghasilkan beberapa studi di antaranya kesejahteraan subjektif, kualitas hidup, kesehatan mental, kepribadian yang sehat, pengalaman optimal, kesejahteraan psikologis, dan sebagainya (Jin & Moon, 2006).

Sekarang ini kesejahteraan juga dapat dipengaruhi oleh Covid-19 yang telah merubah kehidupan sehari-hari, akibatnya terdapat kegiatan yang diharuskan adanya pembatasan pergerakan seperti menghabiskan waktu sehari-hari yang telah dikaitkan dengan kesejahteraan (Lades et al., 2020). Efek dari *Corona virus* 2019 (Covid-19) pada kesehatan dan kesejahteraan cenderung mendalam dan bertahan lama dan individu akan berdampak langsung oleh virus tersebut. Namun, tidak jelas terkait pengaruh yang diakibatkan dan sejauhmana efek tersebut akan menggeneralisasi di semua aspek kesehatan (O'Connor et al., 2020). Menurut Brooks et al. (2020) pandemi Covid-19 telah menyebabkan berbagai populasi di masyarakat terkena dampak. Diketahui bahwa prevalensi Covid-19 menciptakan *stressor* baru termasuk ketakutan dan kekhawatiran pada diri sendiri, kendala pada pergerakan fisik dan aktivitas sosial akibat karantina, serta perubahan gaya hidup yang tiba-tiba dan radikal. Tinjauan baru-baru ini mengenai virus dan pandemi yang mendokumentasikan penyebab stres seperti ketakutan akan infeksi, frustrasi, kebosanan, persediaan yang tidak memadai, informasi yang tidak memadai, kerugian finansial, dan stigma. Oleh sebab itu, Out et al. (2020) berpendapat akibat adanya karantina dan *social distancing* diberlakukan di sebagian besar negara, sangat mungkin meningkatkan potensi kecemasan sehingga berdampak pada kesehatan dan kesejahteraan individu.

Kesejahteraan juga merupakan suatu hal faktor penting bagi siswa, khususnya kondisi lingkungan dalam belajar. Pemerintah sebelumnya telah menutup semua sekolah dan universitas di berbagai negara kemudian adanya pembatasan yang telah diberlakukan (Delaney & Lunn, 2020). Menurut Hascher (2011) istilah kesejahteraan pada awalnya digunakan untuk konsep kesejahteraan secara umum, namun kemudian berkembang menjadi topik penelitian di bidang pendidikan, salah satunya adalah *student well-being*. Pengaruh dari kesejahteraan subjektif individu telah banyak diteliti pada beberapa domain kehidupan, salah satunya adalah sekolah (Wijayanti et al., 2019). Pandemi Covid-19 ini telah memberikan tantangan tersendiri bagi lembaga pendidikan, dikarenakan dapat menghambat kondisi belajar siswa yaitu dengan diberlakukan pembelajaran dalam jaringan (daring) (Sadikin & Hamidah, 2020).

Penyebaran Covid-19 berdampak sangat besar pada dunia ekonomi yang mulai meredup, namun kini dampaknya dirasakan oleh dunia pendidikan. Kebijakan yang diambil oleh banyak negara termasuk Indonesia dengan menutup akses pada kegiatan pembelajaran tatap muka pada semua lini kegiatan pendidikan membuat pemerintah dan instansi terkait harus menghadirkan alternatif proses pendidikan bagi siswa. Hal ini menjadi tantangan bagi instansi pendidikan dalam belajar siswa (Abidah et al., 2020). Oleh karena itu, pendidikan yang tidak memiliki pengalaman

pembelajaran secara *online* atau melibatkan dalam jaringan (*daring*) mengalami kesulitan, terutama ketika pengajar kurang memiliki pengetahuan mengenai cara menggunakan aplikasi *online* (Zaharah et al, 2020). Penerapan pembelajaran *online* di pendidikan memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihan pembelajaran *online* adalah fleksibel dan dapat digunakan secara luas, sedangkan kekurangannya sangat potensial untuk melakukan praktik plagiarisme, kekuatan sinyal internet, dan perangkat yang mendukung (Arkoful & Abaidoo, 2015). Oleh karena Covid-19 memengaruhi dalam kehidupan pendidikan seperti pembatasan sosial dan penutupan sekolah selama pandemi Covid-19 dapat membuat siswa yang berusia remaja kehilangan rutinitas, isolasi sosial, dan adanya perasaan kesepian (Thakur, 2020). Penutupan sekolah telah dilaksanakan, dan siswa diharuskan tinggal di rumah. Berkurangnya interaksi sosial, pembatasan tinggal di rumah, kesulitan dalam tugas sekolah, perubahan substansial pada rutinitas sehari-hari, takut sakit, dan kebosanan dapat menciptakan efek psikologis yang dramatis pada siswa remaja (Zhang et al., 2020). Penutupan sekolah selama pandemi Covid-19 telah membuat situasi semakin sulit, beberapa siswa mungkin membutuhkan dukungan tambahan untuk kesejahteraan mereka (Thakur, 2020). Hubungan siswa dengan guru dan siswa lain juga secara konsisten juga dapat memprediksi berbagai hasil kesejahteraan (Littlecott & Murphy, 2018).

Dalam memprediksi kesejahteraan individu dapat dilakukan banyak cara, salah satunya dengan alat ukur yang dikembangkan oleh Diener et al. (1985) dengan menggunakan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS). Diener et al. (1985) mengembangkan alat ukur ini untuk mengukur evaluasi kognitif yaitu nilai kepuasan hidup individu secara global. SWLS memiliki konstruk terkait dengan kesejahteraan subjektif. Diener (2009), bahwa kesejahteraan subjektif adalah proses penilaian individu terhadap hidupnya, meliputi penilaian secara kognitif dan secara afektif yang merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu. Kesejahteraan subjektif diartikan sebagai kesejahteraan yang mengacu pada kepuasan hidup dan keseimbangan afeksi (Linley et al., 2014). Menurut Diener (2009) individu dikatakan mempunyai kesejahteraan subjektif yang tinggi apabila mereka lebih banyak merasakan emosi yang menyenangkan daripada emosi yang tidak menyenangkan, ketika terlibat dalam kegiatan yang menarik, ketika mengalami banyak rasa senang dan sedikit rasa sakit, dan ketika telah merasa puas akan kehidupan mereka. Lucas (dikutip dalam Eid & Larsen, 2007), menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan domain menyeluruh yang merupakan sekumpulan sikap yang berhubungan dengan evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hidupnya.

Terdapat beberapa penelitian yang menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif memiliki kaitannya dengan siswa sekolah, salah satunya penelitian Casas et al. (2011) yang dilakukan oleh 342 siswa remaja di Argentina, 1588 siswa di Brazil, 2900 siswa di Spanyol, dan 843 siswa di Chili dengan menggunakan alat ukur salah satunya adalah SWLS. Hasil yang didapatkan ialah siswa remaja di empat negara yang diteliti mendapat skor tinggi dalam kesejahteraan subjektif mereka, selain itu skala yang termasuk kata *happiness* atau kebahagiaan menunjukkan keragaman hasil yang lebih luas daripada skala yang termasuk kata *satisfaction with life* atau kepuasan dengan hidup. Menurut Tomy dan Cummins (2010) adanya implikasi dari penurunan kesejahteraan yaitu seiring bertambahnya usia pada remaja, hal ini ditunjukkan melalui hubungan antara kesehatan mental, kepuasan di sekolah dan kesejahteraan subyektif. Pigaiani et al. (2020) berpendapat bahwa kesejahteraan subjektif dapat berhubungan dengan hal-hal yang dirasakan oleh siswa sekolah selama pandemi Covid-19, karena dapat memberikan dampak positif dan negatif yang memengaruhi kesejahteraan para siswa. Selain itu, penelitian Vela et al. (2017) yang dilakukan siswa sekolah menengah di Meksiko, mendapatkan hasil bahwa SWLS adalah ukuran kesejahteraan subjektif yang memiliki bukti validitas dengan siswa Meksiko Amerika. Melalui analisis faktor konfirmatori (CFA) diidentifikasi untuk SWLS menampilkan utilitas dalam memeriksa dua bentuk fungsi psikologis positif. Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti ingin meneliti mengenai deskripsi kesejahteraan siswa sekolah menengah di Jakarta

selama pandemi Covid-19. Berdasarkan penjelasan dari latar belakang masalah, rumusan masalah yang didapatkan dalam penelitian ini adalah “bagaimana gambaran kesejahteraan siswa sekolah menengah di Jakarta selama pandemi Covid-19?”.

2. METODE PENELITIAN

Partisipan

Karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah: (a) siswa remaja yang berusia antara 15 sampai dengan 19 tahun; (b) berjenis kelamin laki-laki dan perempuan; (c) bersekolah di sekolah negeri atau swasta di daerah Jakarta; dan (d) mengikuti pembelajaran daring akibat pandemi Covid-19. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan jenis penarikan sampel yaitu *convenience sampling*. Teknik ini digunakan karena adanya anggota populasi target yang memenuhi kriteria praktis tertentu, seperti kemudahan aksesibilitas, kedekatan geografis, ketersediaan pada waktu tertentu, atau kesediaan untuk berpartisipasi disertakan untuk tujuan penelitian (Dörnyei, 2007). Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat deskriptif, yaitu berusaha untuk mendeskripsikan kesejahteraan siswa sekolah menengah di Jakarta selama pandemi Covid-19. Tujuan penelitian deskriptif adalah mendeskripsikan suatu fenomena dan karakteristiknya, mendeskripsikan individu, peristiwa, atau kondisi dengan mempelajarinya sebagaimana adanya (Gall et al., dikutip dalam Nassaji, 2015).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Partisipan

Gambaran partisipan pada penelitian ini dapat dilihat melalui data kontrol yang digunakan yaitu mengacu pada jenis kelamin, usia, kelas, urutan kelahiran, keadaan orangtua, pernikahan orangtua, pendidikan ayah, dan pendidikan ibu. Berdasarkan jenis kelamin dari 107 siswa, didapatkan bahwa siswa perempuan sebanyak 54,2% lebih banyak daripada siswa laki-laki sebanyak 45,8%. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	49	45,8%
Perempuan	58	54,2%
Total	107	100,0%

Berdasarkan data usia partisipan dari 107 siswa, terdapat rentang usia antara 15 hingga 19 tahun, didapatkan bahwa usia siswa yang memiliki jumlah paling sedikit adalah usia 19 tahun sebanyak 1 partisipan (0,9%) dan jumlah yang paling banyak adalah usia 16 tahun sebanyak 38 partisipan (35,5%). Hal ini dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
15	22	20,6
16	38	35,5
17	34	31,8
18	12	11,2
19	1	0,9
Total	107	100,0%

Berdasarkan data kelas partisipan dari 107 siswa, terdapat tiga kelas yaitu kelas 10, kelas 11, dan kelas 12. Jumlah kelas yang paling sedikit adalah kelas 10 sebanyak 29 partisipan (27,1%) dan jumlah kelas yang paling banyak adalah kelas 12 sebanyak 43 partisipan (40,2%). Hal ini dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Gambaran Partisipan Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi	Persentase
10	29	27,1
11	35	32,7
12	43	40,2
Total	107	100,0%

Penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner *online* berupa *google form*. *Setting* penelitian dalam pengumpulan data adalah daerah Jakarta, alasan mengambil di daerah Jakarta adalah karena peneliti dapat mengamati langsung sekolah yang berada di daerah Jakarta yang dekat dengan rumah peneliti, selain itu berdasarkan data dari Satuan Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 (SATGAS Covid-19) Jakarta merupakan salah satu kota yang memiliki jumlah kasus terbanyak yaitu sebesar 152,499 (24,7%). Peralatan penelitian yang digunakan adalah kuesioner *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang dikembangkan oleh Diener et al. (1985). Peralatan lainnya adalah laptop, *handphone*, program IBM SPSS Statistics versi 15, dan bahan pendukung lainnya. Siswa yang memenuhi kriteria dapat mengisi kuesioner online. Kuesioner online meliputi *informed consent* dan kuesioner SWLS serta *open-ended questions* dengan pertanyaan “bagaimana perasaan yang dirasakan selama masa pembelajaran jarak jauh?”. Kuesioner ini memiliki beberapa bagian yaitu: (a) kata pengantar yang berisi pengenalan dari peneliti, tujuan penelitian, dan permohonan kesediaan untuk mengisi; (b) lembar persetujuan dan data kontrol; dan (c) petunjuk pengisian kuesioner.

Alat Ukur Penelitian

Alat ukur penelitian ini adalah *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang dikembangkan oleh Diener et al. (1985). SWLS adalah dimensi kognitif dari kesejahteraan subjektif dan didefinisikan sebagai sejauh mana individu mengevaluasi kualitas global kehidupan mereka secara keseluruhan, atau domain spesifik seperti pekerjaan, keluarga, teman berdasarkan kriteria mereka sendiri (Diener, 2000). Alat ukur SWLS ini sudah diterjemahkan ke dalam kurang lebih 35 bahasa. SWLS memiliki tujuh pilihan jawaban dengan skala Likert yaitu (1) sangat tidak setuju, (2) tidak setuju, (3) sedikit tidak setuju, (4) ragu-ragu, (5) sedikit setuju, (6) setuju, dan (7) sangat setuju. *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) telah banyak digunakan sebagai ukuran komponen kepuasan hidup dari kesejahteraan subjektif. Skor di SWLS telah terbukti berkorelasi dengan ukuran kesehatan mental, dan dapat memprediksi perilaku masa depan seperti upaya bunuh diri. Di bidang psikologi kesehatan, SWLS telah digunakan untuk mengukur kualitas hidup subjektif orang yang mengalami masalah kesehatan yang serius (Pavot & Diener, 2008).

SWLS adalah instrumen pendek berisi lima butir pernyataan yang dirancang untuk mengukur penilaian kognitif global mengenai kepuasan hidup individu. Skor yang mungkin adalah 5-35, dengan skor 20 mewakili titik netral pada skala tersebut. Skor antara 5-9 menunjukkan responden sangat tidak puas dengan kehidupan, sedangkan skor antara 31-35 menunjukkan responden sangat puas. Semua butir dalam SWLS merupakan butir positif. Contoh butir butirnya adalah “Sejauh ini saya telah mendapat hal penting yang saya inginkan di hidup saya”.

Pada uji reliabilitas alat ukur *Satisfaction with Life Scale* (SWLS), terdapat lima butir pernyataan dengan *internal consistency reliability* sebesar 0,829. Masing-masing *internal consistency reliability* pada setiap butir yaitu 0,609 untuk butir pertama; 0,704 untuk butir kedua; 0,756 untuk butir ketiga; 0,633 untuk butir keempat; dan 0,486 untuk butir kelima. Lima butir pernyataan tersebut mengalami nilai *corrected butir total correlation* di atas 0,2 sehingga tidak ada butir yang perlu dibuang. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 4. Pada pelaksanaan penelitian, peneliti mulai menyebarkan kuesioner dalam bentuk *google form* pada bulan November 2020 sampai dengan awal Desember 2020. Pengumpulan data melalui

Tabel 4. Uji Reliabilitas Satisfaction with Life Scale

	Reliabilitas Awal	Reliabilitas Akhir
Butir Positif	5	5
<i>Cronbach's alpha</i>	0,829	0,829

google sheets, setelah melakukan pengumpulan data tahap selanjutnya yaitu pengolahan data yang telah didapat dari kuesioner *online*. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program *software Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 15.0 *for windows*.

Gambaran Variabel Penelitian

Pengukuran *Satisfaction with Life Scale* memiliki lima butir pernyataan positif. Berdasarkan analisis data yang diperoleh mengenai SWLS, skor minimum yaitu 1,00 dan skor maksimum yaitu 6,60. Nilai *mean* empirik pada penelitian ini yaitu 4,10 sedangkan *mean* hipotetik pada SWLS yaitu 4. Nilai *mean* hipotetik didapat dari skala yang digunakan yaitu skala 1 hingga 7. Nilai *mean* empirik didapat dari hasil pengolahan data penelitian ini yaitu dari skor partisipan penelitian. Berdasarkan data tersebut diperoleh *mean* empirik lebih besar daripada *mean* hipotetik yang artinya kesejahteraan siswa sekolah menengah cenderung tinggi. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Gambaran Data Satisfaction with Life Scale

	Minimum	Maksimum	Mean	Standar Deviasi
<i>Satisfaction with Life Scale</i>	1,00	6,60	4,10	1,178

Selanjutnya, berdasarkan pengolahan data didapatkan juga penggolongan tinggi rendahnya kesejahteraan siswa sekolah menengah. Data perbandingan tinggi rendah bahwa siswa yang mempersepsi kesejahterannya tinggi di masa pandemi Covid-19 yaitu 57.9%. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Penggolongan Satisfaction with Life Scale

Tingkat Penggolongan	Frekuensi	Persentase
Rendah	45	42,1
Tinggi	62	57,9

Analisis Data Utama

Sebelum melakukan analisis data utama, peneliti menguji sebaran data melalui uji normalitas data. Berdasarkan data yang telah diperoleh, peneliti melakukan uji normalitas dengan menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* untuk mengetahui normalitas dari data yang didapatkan pada penelitian ini. Hasil uji normalitas SWLS didapatkan nilai $p = 0,644 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini berdistribusi secara normal. (selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 13). Setelah diketahui bahwa data terdistribusi normal, peneliti menggunakan analisis parametrik. Untuk menganalisis perbedaan kesejahteraan siswa sekolah menengah dengan jenis kelamin, digunakan Teknik pengujian *Independent-Samples T Test*. Hasil pengolahan data yang dilakukan didapatkan bahwa nilai $F = 0,095$ dan $p = 0,759 > 0,05$ sehingga menggunakan *equal variances assumed* dan diperoleh nilai $t = 105$ dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara kesejahteraan siswa sekolah menengah dengan jenis kelamin laki-laki maupun perempuan. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Perbedaan Satisfaction with Life berdasarkan Jenis Kelamin

	Jenis Kelamin		
	F	t	
<i>Satisfaction with Life</i>	0,095	-12,967	0,000

Analisis Data Tambahan

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kesejahteraan siswa sekolah menengah di Jakarta selama pandemi Covid-19. Oleh karena itu, peneliti melakukan analisis data tambahan untuk lebih mengetahui kesejahteraan siswa sekolah. Peneliti melakukan analisis *multiple response* dari 107 siswa dan didapatkan hasil 130 jawaban yang dikelompokkan menjadi 11 tema yaitu netral, *bored*, *stress*, *self-regulated learning*, *happy*, *sad*, *proximity with family*, *subject material*, *emotional exhaustion*, *connection*, dan *gratitude*. Hasil yang paling banyak ialah kelompok netral yaitu 44 respon (33,8%) dan paling sedikit ialah *gratitude* yaitu 1 respon (0,8%). Hal ini dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Tema dalam *Multiple Response*

Perasaan Selama Pembelajaran Jarak Jauh	N	Persentase
Netral	44	33,8%
<i>Bored</i>	21	16,2%
<i>Stress</i>	8	6,2%
<i>Self-Regulated Learning</i>	5	3,8%
<i>Happy</i>	24	18,5%
<i>Sad</i>	2	1,5%
<i>Proximity with Family</i>	2	1,5%
<i>Subject Material</i>	16	12,3%
<i>Emotional Exhaustion</i>	3	2,3%
<i>Connection</i>	4	3,1%
<i>Gratitude</i>	1	0,8%
Total	130	100,0%

Terbanyak yaitu netral artinya tidak termasuk dalam kategori memiliki emosi positif seperti senang tetapi juga tidak termasuk dalam kategori dengan emosi negatif, seperti bosan, sedih, dan sebagainya.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil yang telah didapatkan dari hasil analisis disimpulkan bahwa kesejahteraan siswa sekolah menengah di Jakarta selama pandemi Covid-19 dapat dikatakan cenderung tinggi. Hal ini dapat dilihat dari jumlah persentase tingkat penggolongan kesejahteraan siswa sekolah menengah. Selain itu, berdasarkan analisis ditemukan bahwa kesejahteraan siswa sekolah menengah selama pandemi beragam, ada yang negatif, positif, dan netral. Namun demikian, dari penelitian ini juga didapatkan *multiple responses* dengan tema terbanyak yaitu netral, yang artinya siswa tidak merasakan emosi positif maupun negatif. Penelitian ini menguji perbedaan antara kesejahteraan siswa sekolah menengah ditinjau berdasarkan jenis kelamin, dan melalui hasil yang didapat bahwa terdapat perbedaan yang signifikan. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggunakan kajian analisis yang lebih mendalam yang melibatkan lebih banyak Teknik analisis data. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aro dan Soini (2010) pada 954 partisipan siswa sekolah menengah di Finlandia Timur. Hasil yang didapatkan adalah terdapat perbedaan antara jenis kelamin dengan skala pengukuran SWLS. Penelitian yang dilakukan oleh Moksnes dan Espnes (2013) 1289 partisipan siswa sekolah di Norwegia, didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan jenis kelamin pada SWLS. Penelitian Aro dan Soini (2010) menemukan perbedaan jenis kelamin secara umum menunjukkan bahwa laki-laki mendapatkan skor yang lebih tinggi daripada perempuan. Selanjutnya, peneliti juga mendapatkan 11 tema dari penelitian ini yaitu netral, *bored*, *stress*, *self-regulated learning*, *happy*, *sad*, *proximity with family*, *subject material*, *emotional exhaustion*, *connection*, dan *gratitude*. Pada tema netral, partisipan menjawab “biasa saja, ada senang dan ada tidaknya selama melakukan pembelajaran daring di rumah”. Hal ini menjelaskan bahwa partisipan merasakan dampak positif dan negatif yang seimbang dalam melakukan kegiatan pembelajaran di rumah. Menurut

Albarracin dan Hart (2011) perasaan netral adalah perasaan yang tidak memiliki kekhususan pada suatu peristiwa dan kurangnya preferensi dengan satu sama lain. Pada penelitian ini siswa sekolah menengah yang belajar secara daring di rumah memiliki dampak positif dan negatif yang di alami. Salah satu dampak positif yang dirasakan terdapat dalam tema lainnya seperti *proximity with family*, *gratitude*, dan lain-lain, sedangkan dampak negatif yang terdapat dalam tema lainnya seperti *bored*, *stress*, *sad*, dan lain-lain. Tema selanjutnya yang peneliti temukan yaitu *bored*. Hal ini dapat dilihat dari jawaban partisipan yang mengatakan “agak membosankan karena selalu berada di rumah dan membosankan karena tidak bisa ke sekolah”. Penelitian yang dilakukan oleh Irawan et al. (2020) pada 30 mahasiswa di Universitas Mulawarman, didapatkan hasil bahwa dikarenakan pandemi Covid-19 siswa mulai bosan dengan pembelajaran *online* setelah dua minggu pertama belajar dari rumah. Hal ini sesuai dengan penelitian yang peneliti dapatkan mengenai tema bosan. Tema selanjutnya yang didapatkan yaitu stres. Stres merupakan emosi negatif yang dialami oleh individu selama peristiwa di kehidupan nyata (Folkman dikutip dalam Du et al., 2018). Stres didefinisikan sebagai hubungan antara individu dan lingkungan yang dinilai signifikan secara pribadi dan sebagai sumber daya yang membebani atau melampaui batas untuk mengatasi (Lazarus dikutip dalam Du et al., 2018). Hal ini dapat dilihat bahwa siswa sekolah menengah merasa stress dengan situasi yang terjadi selama di rumah akibat pandemi Covid-19.

Tema yang didapatkan selanjutnya adalah *self-regulated learning*, menurut Dent et al. (2015) penelitian di bidang pendidikan menunjukkan bahwa *self-regulated learning* (SRL) sangat penting untuk proses belajar siswa khususnya untuk meningkatkan prestasi akademik dan motivasi belajar. Pada penelitian ini ditemukan bahwa siswa sekolah menengah mengalami kesulitan dalam memahami materi pembelajaran yang diberikan karena sistem *online* hal ini dapat menyebabkan motivasi belajar siswa yang menurun. Selanjutnya, terdapat tema mengenai *subject material* atau materi pembelajaran. Partisipan pada penelitian ini merasa materi pembelajaran yang diberikan oleh guru sulit dipahami selama masa pandemi Covid-19 dan pemahaman akan materi menjadi tidak maksimal. Hal ini dapat dilihat dari jawaban partisipan yang mengatakan “jika ingin bertanya kepada guru mengenai materi yang sedang dibahas sebagian guru merespon lama sehingga dapat menghambat pembelajaran”. Selain itu, tema yang muncul dalam penelitian ini akibat pembelajaran daring adalah *connection*. Partisipan dalam penelitian ini menjelaskan bahwa adanya hambatan internet pada saat melakukan pembelajaran daring, hal tersebut dapat mengganggu siswa dalam proses belajar mengajar. Menurut Mansyur (2020) model pembelajaran yang dilakukan secara daring menuntut kreativitas dan keterampilan dalam menggunakan teknologi. Siswa juga diharapkan mampu mengakses jaringan aplikasi yang digunakan dalam pembelajaran. Kendala yang muncul berkaitan dengan kurangnya akses jaringan yang tidak lancar, beban biaya data untuk mengakses aplikasi yang mahal, ketidaksiapan dalam mengadaptasi teknologi, hingga siswa yang terputus secara emosional dan sosial dengan siswa lainnya. Secara emosional, partisipan dalam penelitian ini merasakan *emotional exhaustion* yaitu siswa merasakan lelah, pusing, tertekan karena banyak tugas yang diberikan oleh guru. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan siswa “tahun ini merasa pusing, tertekan, frustrasi, merasa tidak pintar saat berada di kelas”. Menurut Rowe et al. (2014) kesedihan, kebosanan, keputusasaan, kemarahan, frustrasi, rasa malu, ketakutan, dan kesedihan yang di alami oleh siswa termasuk ke dalam emosi negatif. Tetapi walaupun dalam masa pandemi Covid-19 siswa sekolah merasakan beberapa emosi negatif, terdapat juga *gratitude* yang dirasakan. *Gratitude* adalah karakter yang paling erat kaitannya dengan kepuasan hidup (Park et al., dikutip dalam Bono et al., 2020). Menurut Fishman (2020) individu dapat meningkatkan kesejahteraan dengan mengartikulasikan rasa syukur dalam bentuk tertulis atau lisan, bahkan kepada diri sendiri, yang memungkinkan individu untuk fokus pada saat itu mengenai yang individu hargai dan memberikan kegembiraan, kebahagiaan, atau kepuasan.

Selanjutnya, tema lain yang muncul adalah *happy* atau senang. Partisipan dalam penelitian ini menjawab senang karena lebih banyak waktu yang dihabiskan dengan keluarga dan dapat menikmati waktu lama di rumah. Partisipan merasa mereka memiliki waktu untuk dekat dengan keluarga dan memiliki waktu untuk dirinya sendiri. Menurut Rahayu dan Hendrati (2015) banyak yang dipelajari anak dalam keluarga, terutama hubungannya dengan orangtua. Kasih sayang dan cinta kasih yang anak kembangkan dalam hubungan sosialnya, erat hubungannya dengan hal-hal yang anak terima dan rasakan dalam keluarganya. Ketika anak merasa disayangi, anak belajar juga untuk berbagi kasih sayang dengan temannya.

Covid-19 memberikan suatu ancaman bagi kesejahteraan siswa karena adanya perubahan, hal tersebut dapat menjadi tantangan bagi siswa sehingga menimbulkan kecemasan. Konsekuensi dari kesulitan ini kemungkinan besar sudah berlangsung lama, sebagian karena cara yang dapat membantu siswa adalah dengan *proximity with family* (Prime et al., 2020). Pada penelitian ini didapatkan bahwa siswa menjadi memiliki banyak waktu untuk lebih mengenal keluarga mereka serta dapat menghabiskan banyak waktu dengan keluarga. Hal ini dapat dilihat dari jawaban partisipan yang mengatakan bahwa “selama masa pandemi di rumah dapat kumpul bersama keluarga yang pada awalnya jarang untuk berkomunikasi dengan keluarga”. Namun demikian, partisipan juga merasakan sedih dikarenakan tidak dapat berinteraksi dengan teman sekolah. Dalam *family strengths framework* terdapat subdimensi mengenai apresiasi dan afeksi yaitu adanya persahabatan sehingga dapat memberikan perasaan kasih sayang antar teman (DeFrain & Asay, 2007). Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk berinteraksi dengan teman selain dengan keluarganya.

Melalui penelitian ini juga terdapat keterbatasan yang dialami oleh peneliti, yaitu keterbatasan dalam memperoleh data sehingga data yang diolah tidak merata hanya sebatas siswa sekolah menengah yang berada di Jakarta saja. Penelitian ini juga memiliki keterbatasan dalam hasil penelitian yaitu tidak adanya uji perbedaan berdasarkan data kontrol lainnya, hanya berdasarkan jenis kelamin saja. Terdapat juga keterbatasan dalam waktu yang peneliti miliki dalam melakukan penelitian ini sehingga menyebabkan peneliti kurang mengeksplor penelitian ini secara mendalam.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Apresiasi kepada semua pihak yang telah berpartisipasi dalam pendataan, juga disampaikan kepada Kementerian Riset dan Teknologi Republik Indonesia. Kami mengucapkan terima kasih kepada LPPM UNTAR dan Fakultas Psikologi, dan secara khusus terima kasih kepada Bpk. Yohanes Budiarto atas masukannya selama penelitian.

REFERENSI

- Abidah, A., Hidayatullah, H. N., Simamora, R. M., Fehabutar, D., & Mutakinati, L. (2020). The impact of Covid-19 to Indonesian education and its relation to the philosophy of “merdeka belajar”. *Studies in Philosophy of Science and Education*, 1(1), 38-49. <https://www.neliti.com/publications/316626/the-impact-of-covid-19-to-indonesian-education-and-its-relation-to-the-philosophy>
- Albarracin, D., & Hart, W. (2011). Positive mood + action = negative mood + inaction: Effects of general action and inaction concepts on decisions and performance as a function of affect. *Emotion*, 11(4), 951–957. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3626447/>
- Arkorful, V., & Abaidoo N. (2015). The role of e-learning, the advantages and disadvantages of its adoption in higher education. *International Journal of Education and Research*, 2(12), 397-410. <https://www.ijern.com/journal/2014/December-2014/34.pdf>
- Aro, K. S., & Soini, H. T. (2010). Adolescents’ life satisfaction during the transition to post-comprehensive education: Antecedents and consequences. *Journal of Happiness Studies*,

- 11(6), 683-701.
https://www.researchgate.net/publication/225401045_Adolescents'_Life_Satisfaction_During_the_Transition_to_Post-Comprehensive_Education_Antecedents_and_Consequences
- Bono, G., Mangan, S., & Fauteux, M., & Sender, J. (2020). A new approach to gratitude interventions in high schools that supports student wellbeing. *The Journal of Positive Psychology*, 15(2), 1-9.
https://www.researchgate.net/publication/343158624_A_new_approach_to_gratitude_interventions_in_high_schools_that_supports_student_wellbeing
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://www.thelancet.com/article/S0140-6736\(20\)30460-8/fulltext](https://www.thelancet.com/article/S0140-6736(20)30460-8/fulltext)
- Casas, F., Sarriera, J. C., Abs, D., Coenders, G., Alfaro, J., Saforcada, E., & Tonon, G. (2012). Subjective indicators of personal well-being among adolescents. Performance and results for different scales in latin-language speaking countries: A contribution to the international debate. *Child Indicators Research*, 5(1), 1-28.
https://www.researchgate.net/publication/251380964_Subjective_Indicators_of_Personal_Well-Being_among_Adolescents_Performance_and_Results_for_Different_Scales_in_Latin-Language_Speaking_Countries_A_Contribution_to_the_International_Debate
- DeFrain, J., & Asay, S. M. (2007). Strong families around the world: An introduction to the family strengths perspective. *Marriage and Family Review*, 41(1-2), 1-10.
https://www.researchgate.net/publication/233265794Strong_Families_Around_the_World
- [Delaney, L., & Lunn, P. \(2020, April 02\). No signs of lock-down fatigue in Ireland yet. The Irish time. https://www.irishtimes.com/opinion/no-signs-of-lock-down-fatigue-in-ireland-yet-1.4218932](https://www.irishtimes.com/opinion/no-signs-of-lock-down-fatigue-in-ireland-yet-1.4218932)
- Dent, A. L., & Koenka, A. C. (2015). The relation between self-regulated learning and academic achievement across childhood and adolescence: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 28(3), 425–474. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10648-015-9320-8>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://content.apa.org/record/2000-13324-004>
- Diener, E. (2009). *The science of subjective well-being: The collected works of ed diener*. Illinois: Springer.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2009). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In S. J. Lopez & C. R. Synder (Eds. 2nd ed., p.1-16), *Handbook of positive psychology*. Oxford University Press.
- Dornyei, Z. (2007). *Research methods in applied linguistics*. Oxford University Press.
- Du, J., Huang, J., An, Y., & Xu, W. (2018). The relationship between stress and negative emotion: The mediating role of rumination. *Clin Res Trials*, 4(1), 1-5.
<https://www.oatext.com/the-relationship-between-stress-and-negative-emotion-the-mediating-role-of-rumination.php#gsc.tab=0>
- Eid, M., & Larsen, R. J. (2007). *The science of subjective well-being*. The Guilford Press.
- Fishman, M. D. C. (2020). The silver linings journal: Gratitude during a pandemic. *Journal of Radiology Nursing*, 39(3), 149-150.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7304946/>

- Hascher, T. (2011). Wellbeing. Dalam S. Jarvela (Ed.), *Social and emotional aspects of learning* (h. 99-105). Elsevier Publications.
- Henriques, G. (2013, Januari 11). *The four layers of well-being*. Psychology today. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/theory-knowledge/201301/the-four-layers-well-being>
- Hidayah, N., Pali, M., Ramli, M., & Hanurawan, F. (2016). Students' well-being assessment at school. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 5(1), 62-71. <http://journal.uad.ac.id/index.php/Psychology/article/view/6257>
- Irawan, A. W., Dwisona., & Lestari, M. (2020). Psychological impacts of students on online learning during the pandemic covid-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 53-60. <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/6389/3564>
- Jin, S.-U., & Moon, S. M. (2006). A study of well-being and school satisfaction among academically talented students attending a science high school in Korea. *Gifted Child Quarterly*, 50(2), 169-184. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/001698620605000207>
- Lades, L. K., Laffan, K., Daly, M., & Delaney, L. (2020). Daily emotional well-being during the covid-19 pandemic. *British Journal of Health Psychology*, 25(3), 902-911. https://www.researchgate.net/publication/342385234_Daily_emotional_well-being_during_the_COVID-19_pandemic
- Linley, P. A., Joseph, S., & Seligman, M. E. P. (2014). *Positive psychology in practice*. John Wiley & Sons, Inc.
- Littlecott, H. J., Moore, G. F., & Murphy, S. M. (2018). Student health and wellbeing in secondary schools: the role of school support staff alongside teaching staff, *Pastoral Care in Education*, 36(4), 297-312. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02643944.2018.1528624>
- Mansyur, A. R. (2020). Dampak covid-19 terhadap dinamika pembelajaran di Indonesia. *Education and Learning Journal*, 1(2), 113-123. https://www.researchgate.net/publication/343144037_Dampak_COVID-19_Terhadap_Dinamika_Pembelajaran_Di_Indonesia
- Moksnes, U. K., & Espnes, G. A. (2013). Self-esteem and life satisfaction in adolescents—gender and age as potential moderators. *Quality of Life Research*, 22(10), 1-8. https://www.researchgate.net/publication/236675348_Self-esteem_and_life_satisfaction_in_adolescents-gender_and_age_as_potential_moderators
- Nassaji, H. (2015). Qualitative and descriptive research: Data type versus data analysis. *Language Teaching Research*, 19(2), 129-132. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1362168815572747>
- O' Connor, R. C., Wetherall, K., Cleare, S., McClelland, H., Melson, A. J., Niedzwiedz, C. L., O'Carroll, R. E., O'Connor, D. B., Platt, S., Scowcroft, E., Watson, B., Zortea, T., Ferguson, E., & Robb, K. A. (2020). Mental health and well-being during the covid-19 pandemic: Longitudinal analyses of adults in the UK covid-19 mental health and wellbeing study. *The British Journal of Psychiatry*, 1-8. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33081860/>
- Out, A., Charles, C. H., & Yaya, S. (2020). Mental health and psychosocial well-being during the COVID-19 pandemic: The invisible elephant in the room. *International Journal of Mental Health Systems*, 14(1), 1-5. https://www.researchgate.net/publication/341717568_Mental_health_and_psychosocial_well-being_during_the_COVID-19_pandemic_The_invisible_elephant_in_the_room
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152. <https://psycnet.apa.org/record/2008-03970-005>

- Pigaiani, Y., Zoccante, L., Zocca, A., Arzenton, A., Menegolli, M., Fadel, S., Ruggeri, M., & Colizzi, M. (2020). Adolescent lifestyle behaviors, coping strategies and subjective wellbeing during the covid-19 pandemic: An online student survey. *Healthcare*, 8(4), 1-12. https://www.researchgate.net/publication/346797932_Adolescent_Lifestyle_Behaviors_Coping_Strategies_and_Subjective_Wellbeing_during_the_COVID-19_Pandemic_An_Online_Student_Survey
- Prime, H., Browne, D. T., & Wade, M. (2020). Risk and resilience in family well-being during the covid-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631-643. https://www.researchgate.net/publication/341559892_Risk_and_resilience_in_family_well-being_during_the_COVID-19_pandemic
- Rahayu, S., & Hendrati, F. (2015). Pola asuh demokratis dan kecerdasan emosional dengan prestasi belajar siswa-siswi SMP bilingual. *Persona*, 4(3), 242-248. https://www.researchgate.net/publication/330419526_Pola_Asuh_Demokratis_dan_Kecerdasan_Emosional_dengan_Prestasi_Belajar_Siswa-Siswi_SMP_Bilingual
- Rowe, A. D., Fitness, J., & Wood, L. N. (2014). The role and functionality of emotions in feedback at university: a qualitative study. *The Australian Educational Researcher*, 41(3), 283–309. Diunduh dari <https://link.springer.com/article/10.1007/s13384-013-0135-7>
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran daring di tengah wabah COVID-19. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 6(2), 214-224. <https://online-journal.unja.ac.id/biodik/article/view/9759>
- Satuan Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19. (2020, Desember 14). *Peta Sebaran Covid19*. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- Seligman, M. E. P. (2012). *Flourish a visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster.
- [Thakur, A. \(2020\). Mental health in high school students at the time of covid-19: A student's perspective. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 59\(12\), 1309-1310. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7448765/>](#)
- Tomyn, A. J., & Cummins, R. A. (2010). The subjective wellbeing of high-school students: Validating the personal wellbeing index—school children. *Social Indicators Research*, 101(3), 1-14. https://www.researchgate.net/publication/257367326_The_Subjective_Wellbeing_of_High-School_Students_Validating_the_Personal_Wellbeing_Index-School_Children
- Vela, J. C., Lerma, E., & Ikonopoulou, J. (2017). Evaluation of the life satisfaction and subjective happiness scales with Mexican American high school and college students. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 39(1), 34-45. https://www.researchgate.net/publication/311358995_Evaluation_of_the_Life_Satisfaction_and_Subjective_Happiness_Scales_With_Mexican_American_High_School_and_College_Students
- Wijayanti, K. P. A., Pebriani, L. V., & Yudiana, W. (2019). Peningkatan subjective well being in school pada siswa melalui “peer support and teaching method program”. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi*, 3(1), 31-42. <http://jurnal.unpad.ac.id/jpsp/article/view/19363/11066>
- Zaharah., Kirilova, G. I., & Windarti, A. (2020). Impact of corona virus outbreak towards teaching and learning activities in Indonesia. *Jurnal Sosial dan Budaya Syar-I*, 7(3), 269-282. <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/salam/article/view/15104/0>
- Zhang, C., Ye, M., Fu, Y., Yang, M., Luo, F., Yuan, J., & Tao, Q. (2020). The psychological impact of the covid-19 pandemic on teenagers in China. *Journal of Adolescent Health*, 67(6), 747-755. [https://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(20\)30509-7/fulltext](https://www.jahonline.org/article/S1054-139X(20)30509-7/fulltext)