

GUIDING WORLD JURNAL BIMBINGAN DAN  
KONSELING  
Volume 09, Nomor 01  
Mei 2026  
E-ISSN: 2614-3585

DOI: 1033627

## Analisis Tingkat Kebahagiaan Pada Remaja Dengan Gejala Kedukaan Analysis Of Happiness Levels In Adolescents With Grief Symptoms

Sali Azi Rahmawati<sup>1</sup>, Feida Noorlaila Isti'adah<sup>2</sup>, Gian Sugiana Sugara<sup>3</sup>

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Email: Salizirahmawati@gmail.com

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kebahagiaan remaja yang mengalami gejala kedukaan di Panti Asuhan Syubbanul Wathon berdasarkan model PERMA Profiler. Pendekatan penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan PERMA Profiler untuk mengukur kebahagiaan dan Prolonged Grief Disorder-13 (PGD-13) untuk mengidentifikasi gejala kedukaan. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat kebahagiaan remaja berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata sebesar 137,1. Secara umum, dimensi Relationships dan Meaning merupakan aspek dominan yang berkontribusi terhadap kebahagiaan. Sementara itu, hasil pengukuran PGD menunjukkan sebagian besar responden berada pada kategori probable grief disorder. Temuan ini menegaskan pentingnya layanan bimbingan dan konseling berbasis psikologi positif dalam membantu remaja berduka mencapai kesejahteraan emosional yang lebih adaptif.  
**Kata Kunci:** kebahagiaan remaja, gejala kedukaan, PERMA Profiler, panti asuhan.

**Abstract:** This study aims to analyze the level of happiness of adolescents experiencing grief symptoms at the Syubbanul Wathon Orphanage based on the PERMA Profiler model. This research approach is descriptive quantitative using PERMA Profiler to measure happiness and Prolonged Grief Disorder-13 (PGD-13) to identify grief symptoms. The results of the descriptive analysis indicate that the level of happiness of adolescents is in the moderate category with an average value of 137.1. In general, the Relationships and Meaning dimensions are the dominant aspects that contribute to happiness. Meanwhile, the results of the PGD measurement indicate that most

*respondents are in the probable grief disorder category. These findings emphasize the importance of positive psychology-based guidance and counseling services in helping grieving adolescents achieve more adaptive emotional well-being.*

**Keywords:** *Adolescent happiness, grief symptoms, PERMA Profiler, orphanage*

## PENDAHULUAN

Kebahagiaan merupakan aspek penting kesejahteraan psikologis yang berpengaruh pada kualitas hidup remaja (Apriliya et al., 2023). Masa remaja menjadi fase krusial karena ditandai oleh pencarian identitas dan kebutuhan akan kestabilan emosional (Izzo et al., 2022). Kehilangan orang tua atau figur penting meningkatkan kerentanan remaja terhadap gangguan emosional yang serius (Alvis et al., 2022). Rasa kehilangan yang berlarut dapat berkembang menjadi *Prolonged Grief Disorder* (PGD) yang menghambat pemulihan emosional dan menurunkan kesejahteraan subjektif (Prigerson et al., 2021). Remaja dengan PGD sering menunjukkan penurunan motivasi, gangguan fungsi adaptif, dan kesulitan mencapai kebahagiaan secara optimal (Lee & Neimeyer, 2023). Temuan empiris menunjukkan bahwa PGD bersifat kronis jika tidak mendapatkan intervensi, terutama pada remaja dengan keterbatasan dukungan sosial seperti yang tinggal di panti asuhan.

Remaja yang kehilangan orang terdekat umumnya mengalami kesedihan mendalam karena figur penting yang selama ini memberi dukungan emosional hilang dari kehidupan mereka (Ramadhanti, 2024). Kehilangan orang tua khususnya berdampak berat secara psikologis, mengingat masa remaja merupakan fase pencarian identitas yang rentan terhadap gangguan emosional (Santrock, 2020). Situasi ini kerap memicu kecemasan, stres yang menetap, hingga depresi (Suprapmanto, 2023). Selain itu, hilangnya sumber kasih sayang dan rasa aman turut mengganggu perkembangan emosional serta relasi sosial remaja (Nurhayati et al., 2022). Dengan demikian, duka yang dialami remaja bukan hanya respon emosional sesaat, tetapi proses panjang yang menantang (Chen et al., 2025).

Kedukaan sendiri merupakan pengalaman emosional kompleks, terutama bagi remaja yang masih membangun stabilitas psikologis (Hendry & Kloep, 2021). Remaja yang kehilangan orang tua kerap menghadapi kesedihan intens, kecemasan, kebingungan, hingga rasa terasing (Melhem et al., 2019), disertai munculnya perasaan bersalah dan penurunan harga diri (Asgari & Naghavi, 2020). Masalah ini semakin penting diperhatikan karena gangguan psikologis pada remaja Indonesia menunjukkan peningkatan, dengan 34,9% di antaranya memiliki minimal satu gangguan mental menurut I-NAMHS 2022 (I-NAMHS, 2022).

Dampak kedukaan terlihat pada berbagai aspek kehidupan. Dalam bidang akademik, remaja sering menunjukkan penurunan motivasi dan konsentrasi karena tekanan emosional serta ketiadaan figur pendukung (Astuti, 2020). Secara sosial, mereka cenderung menarik diri dan takut membangun hubungan baru (Lestari, 2022). Hambatan relasional ini sering membuat mereka hanya merasa nyaman dengan

individu yang memiliki pengalaman serupa (Saputra, 2021). Kedukaan berkepanjangan juga meningkatkan risiko gangguan fisik dan mental, seperti stres, kecemasan, depresi, hingga masalah psikosomatis (Sari & Putra, 2022). Jika tidak mendapatkan bantuan, kondisi ini dapat mengarahkan remaja pada perilaku menyimpang dan hambatan perkembangan identitas (Ramadhan, 2023).

Fenomena ini semakin memprihatinkan karena banyak remaja kehilangan orang tua, baik sebelum maupun sesudah pandemi. Aiken (2000) menegaskan bahwa ketiadaan orang tua membawa dampak mendalam pada perkembangan anak. Data UNICEF (2021) mencatat bahwa 25.430 anak Indonesia kehilangan satu atau kedua orang tua akibat COVID-19, dengan sebagian kecil bahkan tanpa pendamping orang dewasa. Hal ini menggambarkan kerentanan emosional sekaligus terkikisnya sistem pengasuhan yang penting bagi perkembangan mereka.

Meskipun sebagian remaja pulih, banyak yang mengalami peningkatan gejala psikologis (Egan et al., 2024). Faktor-faktor seperti ritual pemakaman yang memadai, dukungan sosial, dan strategi koping terbukti berperan penting dalam proses penyembuhan (Cherblanc et al., 2025). Bantuan profesional juga dapat menjaga kualitas hidup, meskipun jarang dicari (Salisbury et al., 2022). Strategi koping adaptif, termasuk pencarian makna, dapat mendorong pertumbuhan positif setelah kehilangan (Pereira, 2024). Kebahagiaan sendiri mencakup kondisi emosional positif, kepuasan hidup, dan rasa bermakna (Keyes, 2020). Bagi remaja yang tinggal bersama kerabat atau di panti asuhan, keterbatasan dukungan sosial sering memperberat kondisi psikologis (Rusli & Widyastuti, 2023). Penelitian di panti asuhan Tasikmalaya menunjukkan hanya 18,5% remaja memiliki kebahagiaan tinggi, sementara 81,5% berada pada kategori cukup bahagia, tanpa ada yang berada pada kategori rendah (Rahayu et al., 2021). Temuan ini menandakan perlunya intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan emosional remaja yang mengalami kedukaan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif dan melibatkan 64 remaja yang tinggal di Panti Asuhan Syubbanul Wathon. Penentuan partisipan menggunakan teknik purposive sampling, yakni metode non-probabilitas yang menetapkan sampel secara selektif berdasarkan karakteristik yang dianggap paling relevan dengan fokus penelitian. Teknik ini dianggap metodologis tepat karena memungkinkan peneliti memilih individu yang memiliki pengalaman spesifik (Fadhillah et al., 2024). Dalam penelitian ini, purposive sampling digunakan untuk memastikan bahwa partisipan memenuhi kriteria inklusi, yaitu remaja berusia 15-18 tahun yang tinggal di Panti Asuhan Syubbanul Wathon dan memiliki pengalaman kehilangan orang terdekat akibat kematian.

Pengukuran variabel dalam penelitian ini menggunakan dua instrumen psikometrik terstandar. Instrumen pertama adalah *Prolonged Grief Disorder-Revised* (PG-13-R) yang terdiri dari 13 item untuk menilai intensitas dan persistensi gejala kedukaan yang melampaui batas durasi berduka secara kultural. Instrumen ini memiliki konsistensi internal tinggi ( $\alpha = 0,80$ ), sehingga dianggap reliabel dalam mengukur gejala kedukaan secara stabil. Instrumen kedua adalah PERMA Profiler yang terdiri dari 22 item untuk mengukur lima komponen utama kesejahteraan, yaitu Emosi Positif, Keterlibatan, Hubungan, Makna, dan Pencapaian. Instrumen ini

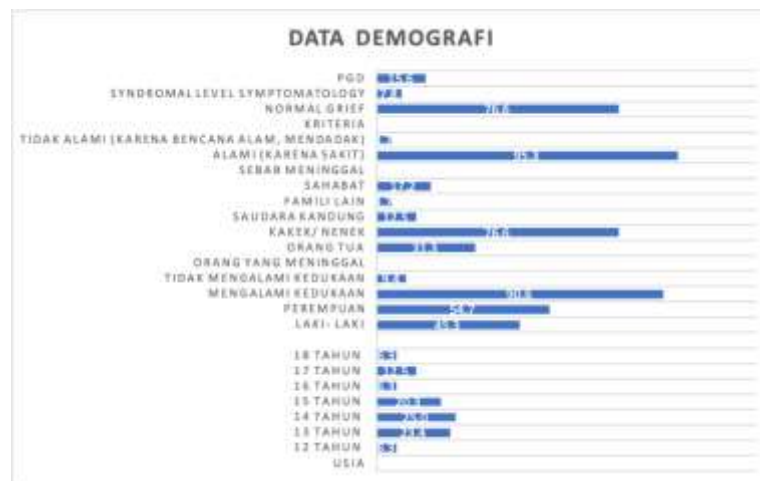
menunjukkan reliabilitas yang baik ( $\alpha = 0,97$ ) dan menggunakan skala Likert 11 poin (0-10), yang memungkinkan penilaian lebih sensitif terhadap variasi pengalaman kesejahteraan. Penggunaan kedua instrumen ini memberikan dasar kuantitatif yang kuat dalam mengidentifikasi tingkat kedukaan dan profil kebahagiaan remaja di Panti Asuhan Syubbanul Wathon.

Pengumpulan data dilakukan di Panti Asuhan Syubbanul Wathon setelah memperoleh persetujuan resmi dari pihak pengelola. Kuesioner dibagikan secara langsung dalam bentuk lembar cetak, disertai penjelasan mengenai tujuan penelitian serta jaminan kerahasiaan data dari para responden. Hanya remaja yang memenuhi kriteria inklusi berusia 15-18 tahun dan memiliki pengalaman kehilangan orang terdekat karena kematian yang diundang untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja berusia 15-18 tahun mengalami kehilangan anggota keluarga dekat, yang memengaruhi intensitas dan cara mereka merespons gejala duka. Berdasarkan PG-13-R, sebagian besar berada dalam kategori Normal Grief, menandakan adaptasi yang wajar, sementara sebagian lain menunjukkan gejala pada level Syndromal atau Prolonged Grief Disorder yang memerlukan perhatian psikologis lebih lanjut. Hasil PERMA Profiler memperlihatkan bahwa kedukaan juga memengaruhi emosi, hubungan sosial, keterlibatan, makna hidup, dan pencapaian, menegaskan bahwa kedukaan pada remaja bersifat multidimensional dan berdampak signifikan pada kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

Grafik 1 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja dengan gejala kesedihan berusia 15-18 tahun dan mayoritas masih pelajar. Kehilangan yang dialami bervariasi, termasuk orang tua, kakek-nenek, atau anggota keluarga dekat, yang memengaruhi intensitas duka dan kesejahteraan mereka. Temuan dibagi menjadi dua kategori: gejala duka (PG-13-R) dan tingkat kebahagiaan (PERMA Profiler) yang mencakup Emosi Positif, Keterlibatan, Hubungan, Makna, dan Pencapaian.



Grafik 1 1 Data demografi remaja panti asuhan

Berdasarkan hasil pengukuran gejala kesedihan pada remaja di Panti Asuhan Syubbanul Wathon, diperoleh bahwa sebagian besar responden berada pada kategori Normal Grief, yaitu sebesar 77,9%, yang menunjukkan bahwa mayoritas remaja mengalami respons kedukaan yang masih tergolong wajar dan adaptif. Selanjutnya, sebesar 7,4% remaja berada pada kategori Syndromal Level Symptomatology, yang mengindikasikan adanya peningkatan intensitas gejala kesedihan meskipun belum mencapai tingkat gangguan klinis. Sementara itu, 14,7% remaja teridentifikasi mengalami Prolonged Grief Disorder (PGD), yang mencerminkan kedukaan berkepanjangan dan berpotensi mengganggu kesejahteraan emosional serta fungsi sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar remaja mampu beradaptasi terhadap pengalaman kehilangan, terdapat sebagian remaja yang membutuhkan perhatian dan pendampingan psikologis lebih lanjut. Distribusi kategori gejala kesedihan tersebut disajikan secara rinci pada Tabel 1.

Rentang Skor	Kategori	F	Persentase
10- 29	Normal Grief	49	76,6%
30- 50	Syndromal Level Symptomatology	5	7,8%
30- 50	Prolonged Grief Disorder	10	15,6%
Jumlah		64	100%

Tabel 1 1 gambaran umum gejala kedukaanpada remaja

No	Aspek Kedukaan	Persentase
1	Kerinduan	89,11%
2	Preokupasi/ Obsesi Fikiran	44,11%
3	Gangguan Identitas	47,94%
4	Ketidak percayaan	55%
5	Penghindaran	43,23%
6	Rasa sakit emosional	51,76%
7	Kesulitan reintegrasi	36,17%
8	Mati Rasa Emosional	44,11%
9	Perasaan Hidup Tidak Berarti	37,64%
10	Kesepian	53,23%

Tabel 1 2 gejala kedukaan berdasarkan aspek pada remaja

Selain mengkategorikan gejala duka secara keseluruhan, penelitian ini juga menelaah aspek-aspek spesifik duka yang dialami remaja, sebagaimana disajikan pada Tabel 3. Temuan menunjukkan bahwa proporsi tertinggi terdapat pada aspek Kerinduan, dengan 89,11% partisipan melaporkan rasa rindu yang terus-menerus terhadap almarhum, menegaskan bahwa kerinduan merupakan respons emosional paling dominan. Aspek Ketidakpercayaan berada di urutan berikutnya, dilaporkan oleh 55% peserta, menunjukkan banyak remaja masih berjuang untuk menerima

kenyataan kehilangan. Rasa sakit emosional juga menonjol, dengan 51,76% peserta merasakan tekanan emosional yang signifikan.

Selain itu, aspek Kesepian dilaporkan oleh 53,23% peserta, mencerminkan adanya isolasi sosial dan emosional pasca-kehilangan. Gangguan Identitas (47,94%), Mati Rasa Emosional (44,11%), dan Penghindaran (43,23%) menunjukkan tingkat kesulitan sedang dalam menyesuaikan diri dengan kesedihan. Preokupasi/Obsesi Fikiran tercatat 44,11%, sementara Perasaan Hidup Tidak Berarti dan Kesulitan Reintegrasi berada pada persentase lebih rendah, yaitu 37,64% dan 36,17%, menandakan tantangan yang lebih spesifik namun tetap penting dalam proses berduka. Hasil ini menegaskan bahwa kerinduan tetap menjadi gejala utama, sementara dimensi-dimensi lain turut memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja secara keseluruhan.

Berdasarkan gambaran umum tingkat kebahagiaan 64 remaja di Panti Asuhan Syubbanul Wathon, temuan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada tingkat kebahagiaan sedang. Sebanyak 46 peserta (72,0%) termasuk kategori sedang, menandakan bahwa mayoritas remaja memiliki kesejahteraan psikologis yang memadai, meskipun tetap rentan terhadap dampak gejala kesedihan. Delapan peserta (11,7%) berada pada kategori rendah, menunjukkan keterbatasan kesejahteraan pada beberapa dimensi seperti Emosi Positif, Keterlibatan, dan Makna, sehingga mereka mungkin kesulitan mempertahankan fungsi psikologis positif saat berduka. Sementara itu, 11 peserta (16,1%) termasuk kategori tinggi, memperlihatkan bahwa sebagian kecil remaja mampu mempertahankan tingkat kebahagiaan relatif tinggi meskipun mengalami gejala duka.

Sebagian besar remaja mempertahankan tingkat kebahagiaan sedang, sementara sebagian kecil mengalami kebahagiaan rendah dan mungkin kesulitan menjaga fungsi psikologis positif. Sebaliknya, peserta dengan kebahagiaan tinggi menunjukkan ketahanan dan kemampuan coping adaptif. Distribusi rinci disajikan pada Tabel 4.

Rentang Skor	Kategori	F	Persentase
95-118	Rendah	8	11,7%
119-156	Sedang	47	72,0%
157-195	Tinggi	11	16,1%
		<b>64</b>	<b>100%</b>

Tabel 1 3 gambaran umum tingkat. Kebahagiaan pada remaja

No	Aspek kebahagiaan	Persentase
1	<i>Positive emotion</i>	75,53%
2	<i>Enggagement</i>	72,35%
3	<i>Relationship</i>	75,34%
4	<i>Meaning</i>	75,14%
5	<i>Accomplishment</i>	72,55%
6	<i>Health</i>	29,17%
7	<i>Negative</i>	38,63%
8	<i>Lonliness</i>	39,71%
9	<i>Happiness</i>	16,76%

Tabel 1 4 Distribusi Aspek Kebahagiaan

Analisis aspek kebahagiaan pada remaja yang mengalami gejala kesedihan menunjukkan variasi di berbagai dimensi (Tabel 5). Persentase tertinggi ditemukan pada Emosi Positif (75,53%), Hubungan (75,34%), Makna (75,14%), Keterlibatan (72,35%), dan Prestasi (72,55%), menunjukkan bahwa remaja tetap mengandalkan hubungan interpersonal yang suportif, rasa memiliki tujuan hidup, keterlibatan dalam kegiatan, serta pencapaian sebagai faktor pelindung yang menopang kesejahteraan mereka. Sebaliknya, persentase terendah terdapat pada Kesehatan (29,17%), Emosi Negatif (38,63%), Kesepian (39,71%), dan Kebahagiaan secara keseluruhan (16,76%), mencerminkan dampak kesedihan yang paling nyata pada kondisi emosional dan perasaan terisolasi. Temuan ini menegaskan bahwa meskipun beberapa aspek kebahagiaan tetap terjaga, ranah emosional merupakan area paling rentan terhadap gejala kesedihan pada remaja.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa remaja di Panti Asuhan Syubbanul Wathon yang mayoritas berusia 15-18 tahun umumnya mengalami kedukaan akibat kehilangan anggota keluarga dekat. Sebagian besar remaja berada pada kategori Normal Grief, namun terdapat sejumlah remaja yang menunjukkan gejala kedukaan lebih berat pada tingkat Syndromal hingga Prolonged Grief Disorder, sehingga memerlukan perhatian dan pendampingan psikologis lebih lanjut. Respons kedukaan yang paling dominan adalah kerinduan terhadap sosok yang telah meninggal, diikuti oleh ketidakpercayaan, rasa sakit emosional, dan perasaan kesepian. Meskipun dalam proporsi yang lebih rendah, aspek lain seperti gangguan identitas, penghindaran, serta perasaan hidup tidak bermakna juga turut dialami oleh sebagian remaja. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman kedukaan pada remaja bersifat kompleks dan multidimensional. Tingkat kebahagiaan remaja berada pada kategori sedang, dengan sebagian kecil berada pada kategori rendah dan tinggi. Aspek kebahagiaan yang relatif kuat meliputi emosi positif, hubungan interpersonal, makna hidup, keterlibatan, dan prestasi, yang berperan sebagai faktor pelindung dalam menghadapi kedukaan. Sebaliknya, aspek kesehatan, emosi negatif, kesepian, dan kebahagiaan secara keseluruhan menjadi area yang paling terdampak, menandakan bahwa ranah emosional merupakan bagian yang paling rentan. Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa kedukaan pada remaja tidak hanya memengaruhi kondisi emosional, tetapi juga aspek sosial dan psikologis lainnya. Namun demikian, keberadaan relasi yang suportif, tujuan hidup yang bermakna, serta keterlibatan dalam aktivitas positif dapat menjadi sumber ketahanan yang penting dalam mendukung kesejahteraan remaja di tengah pengalaman kehilangan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aiken, L. R. (2020). *Human Development in the Family*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Ramadhan, F. & Fauziah, T. (2023). Perilaku berisiko pada remaja yatim piatu: Faktor psikologis dan sosial yang berkontribusi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 21(2), 98-112
- Alvis, L., Zhang, N., Sandler, I., & Kaplow, J. (2022). Developmental manifestations of grief in children and adolescents. *Journal of Child & Adolescent Trauma*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8794619/>

- Apriliya, F., Hastuti, D., & Hastuti, D. (2023). The influence of parenting style and adolescent-parent interaction on the subjective well-being of adolescents during the COVID-19 pandemic. *Journal of Child, Family, and Consumer Studies*, 2(3), 200-208. <https://doi.org/10.29244/jcfcs.2.3.200-208>
- Astuti, R. & Rachmawati, S. (2020). Dampak kehilangan orang tua terhadap prestasi akademik remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(2), 145-158.
- Bondy, S., & Scott, H. M. (2025). *Interventions for prolonged grief disorder in children and adolescents: A systematic review. Journal of Child & Adolescent Trauma*, 18(3), 517-527. <https://doi.org/10.1007/s40653-024-00677-8>
- Cherblanc, J., Zech, E., Cadell, S., Côté, I., Boever, C., Fernández-Alcántara, M., Bergeron-Leclerc, C., Maltais, D., Gauthier, G., Verdon, C., Grenier, J., & Simard, C. (2025). Are Mediators of Grief Reactions Better Predictors Than Risk Factors? A Study Testing the Role of Satisfaction With Rituals, Perceived Social Support, and Coping Strategies. *Omega: Journal of Death and Dying*. <https://doi.org/10.1177/10541373231191316>
- Egan, S. J., Munro, C., Pauley-Gadd, S. B., O'Brien, A., Callaghan, T., Payne, N., Raghav, S., Myers, B., Hall, C., Wilson, H., Eisma, M. C., Boelen, P. A., Smith, K. V., Wild, J., Duffy, M., Trickey, D., Bills, E., & Breen, L. J. (2024). A protocol for a pilot randomised controlled trial of unguided internet cognitive behaviour therapy for grief in adolescents. *Internet Interventions*, 35, 100771. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2024.100771>
- Eisma, M. C., & Buyukcan-Tetik, A. (2024). Prolonged grief symptoms predict social and emotional loneliness and depression symptoms. *Behavior Therapy*, 56(1), 121-132. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2024.04.014>
- Fadhillah, A. S., Rahmaniah, M., Putri, S. D., Febrian, M. D., Prakoso, M. C., & Nurlaela, R. S. (2024). Sistem Pengambilan Contoh dalam Metode Penelitian. *Karimah Tauhid*, 3(6), 7228-7237. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i6.14047>
- Hendry, L. B., & Kloep, M. (2021). *Adolescents' development and the impact of bereavement: A life-span perspective*. Routledge.
- Chen, X.-X., Chen, J., & Zhong, B.-L. (2025). The Grief of Peer Loss Among Adolescents: A Narrative Review. *Psychology Research and Behavior Management*, 18, 343-3.
- I-NAMHS. (2022). *Laporan Nasional Kesehatan Mental Remaja Indonesia 2022*. Indonesian National Adolescent Mental Health Survey
- Asgari, Z., & Naghavi, A. (2020). The Experience of Adolescents' Post-Traumatic Growth after Sudden Loss of Father. *Journal of Loss and Trauma*, 25(2), 173-187. <https://doi.org/10.1080/15325024.2019.1664723>
- Izzo, F., Baiocco, R., & Pistella, J. (2022). Children's and adolescents' happiness and family functioning: A systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16593. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416593>
- Keyes, C. L. M. (2020). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Well-being*, 10(3), 202-213.

- Lee, S. A., & Neimeyer, R. A. (2023). Prolonged grief in adolescents: Mechanisms, risks, and clinical responses. *Death Studies*.
- Lestari, D. & Prasetyo, F. (2022). Peran dukungan sosial dalam membantu remaja menghadapi kedukaan di panti asuhan. *Jurnal Psikososial dan Intervensi*, 14(1), 67-80.
- Meckelborg, J., & Taylor, L. (2025). The grief of peer loss among adolescents: A narrative review. *Psychology Research and Behavior Management*, 18, 343-352. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S504117>
- Nurhayati, N., Buhanuddin, B., Suriyati, S., & Anis, M. (2022). Pengaruh Kehilangan Orang Tua terhadap Kondisi Psikologis Anak di Desa Saohiring Kec. Sinjai Tengah Kabupaten Sinjai. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, 8(2), 45-51.
- Pereira, M., Moreira, A., & Neto, D. D. (2024). From Grief to Growth: The Role of Coping Strategies, Kinship and Cause of Death. *Omega: Journal of Death and Dying*. <https://doi.org/10.1177/00302228241259647>
- Prigerson, H. G., Kakar, V., Maciejewski, P. K., & et al. (2021). Prolonged Grief Disorder: A psychometric validation of the PG-13-Revised scale. *Psychiatry Research*, 295, 113604. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113604>
- Putra Rusli, M. A. S., & Widyastuti, W. (2023). Gambaran resiliensi remaja akhir yang mengalami grief akibat kematian orang tua. *Jurnal Talenta Mahasiswa*
- Putri, A., & Santoso, D. (2023). *Peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja yang berduka di masa pandemi*. *E-Journal Psikologi Universitas Airlangga*, 12(1), 45-55.
- Rahayu, A. M., Sugara, G. S., & Arumsari, C. (2021). Profil Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Tasikmalaya serta Implikasi terhadap Layanan Konseling. 5(1), 27-35
- Ramadhanti, S. L. Z. (2024). *Trauma pada remaja awal yang ditinggal orang tua akibat kematian*. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*.
- Ramadhanti, S. L. Z., & Fahrudin, A. (2024). Trauma pada Remaja Awal yang Ditinggal Orang Tua Akibat Kematian. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 5(2), 41-50. <https://doi.org/10.3287/liberosis.v5i2.5015>
- Rini, R. (2022). Pengaruh Religiusitas Diri dan Orangtua terhadap Kebahagiaan Remaja. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 7(1). <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i1.2261>
- Rusli, M. A. S. P., & Widyastuti. (2023). Gambaran Resiliensi Remaja Akhir yang Mengalami Grief Akibat Kematian Orang Tua. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 3(2), 132-141.
- Salisbury, M. R., Harmsen, C. R. W., & Muller, R. T. (2022). Help-Seeking Buffers the Impact of Grief on Quality of Life: A Study of Loss During the COVID-19 Pandemic. *Omega: Journal of Death and Dying* doi: 10.1177/00302228221146337

- Saputra, M. & Handayani, L. (2021). Adaptasi sosial remaja panti asuhan pasca kehilangan orang tua: Tantangan dan solusi. *Jurnal Ilmu Sosial dan Psikologi*, 15(4), 210-225.
- Sari, D. N., & Putra, A. R. (2022). Dampak kehilangan signifikan terhadap kesehatan mental remaja di Indonesia. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 19(3), 215-228
- Seligman, M. (2011) *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being* (Free Press (ed.)).
- Smith, K. V., Wild, J., & Ehlers, A. (2024). From loss to disorder: The influence of maladaptive coping on prolonged grief. *Psychiatry Research*, 339, 116060. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116060>
- Suprapmanto, A. Y., Mukti, P., & Sujoko, S. (2023). Resiliensi Remaja Pasca Kematian Salah Satu Orangtua Diakibatkan Kecelakaan. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(1) Santrock, J. W. (2020). *A topical approach to life-span development* (10th Ed.). New York: Mc Graw Hill Education.
- Thomas, F. C., Puente-Duran, S., Mutschler, C., & Monson, C. M. (2020). Trauma-focused cognitive behavioral therapy for children and youth in low and middle-income countries: A systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*, 25(4), 191-203. <https://doi.org/10.1111/camh.12435>
- UNICEF. (2021). Children affected by COVID-19 in Indonesia: Orphanhood and care statistics. United Nations International Children's Emergency Fund
- Sugara, G. S., Rahayu, A. M., & Arumsari, C. (2021). Profil kebahagiaan remaja panti asuhan Tasikmalaya serta implikasi terhadap layanan konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 5(1).
- Sugara, G. S., Masfufah, D. D., Arumsari, C., Muhajirin, M., & Rahimsyah, A. P. (2025). Effect of dialectical behavior therapy on psychological well-being with adolescent body image dissatisfaction. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 1-11.
- Sugara, G. S., Yasin, A., & Imaddudin, A. (2020). Resiliensi pada remaja berdasarkan keutuhan keluarga. *Journal of Innovative Counseling*, 4(1), 8-19. Muhammadiyah University of Tasikmalaya.