

KEBERMAKNAAN HIDUP DAN RESILIENSI KELUARGA SELAMA PANDEMI COVID-19

Fadhilah Rahmawati

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo

fadhila@iainponorogo.ac.id

Abstract: *The Covid-19 pandemic has an impact on various aspects of life, one of which is on the family aspect. The family as the smallest unit of society has functions that are really not simple, namely strengthening society and the state. A well-functioning family is able to support and make a good society as well. It is known that since the development of information technology and people's behavior has changed, the joints of the family have also experienced shocks. Attachment between family members begins to loosen until family functioning is felt to be lacking and many problems arise both within the family itself and its impact outside the family or at the community level. At the point that the problems that arise are increasingly complex, the family even begins to lose its meaning. When the policy of limiting people's mobility is implemented, staying at home is mandatory for all levels of society. This conditions anyone to return to make their home a center of activity. The return of society to make the home a center of activity, indirectly conditioning individuals to interact longer, intensely, and continuously with family members so as to re-tighten the relaxed interactions. In addition, corona virus infection, which is perceived as a threat, also encourages families to reinterpret family functions for them.*

Keywords: *meaningfulness of life, family resilience, covid-19, family functioning*

Abstrak: Pandemi Covid-19 memberikan dampak pada berbagai aspek kehidupan, salah satunya pada aspek keluarga. Keluarga sebagai unit masyarakat yang terkecil memiliki fungsi-fungsi yang sesungguhnya tidak sederhana, yaitu mengokohkan masyarakat dan negara. Keluarga yang berfungsi dengan baik mampu menyokong dan menjadikan masyarakat yang baik pula. Telah diketahui bahwa sejak berkembangnya teknologi informasi dan perilaku masyarakat berubah, sendi-sendi keluarga pun mengalami guncangan. Kelekatan antar anggota keluarga mulai melonggar hingga fungsi keluarga dirasa kurang dan timbul banyak masalah baik dalam internal keluarga itu sendiri maupun dampaknya di luar keluarga atau di tingkat masyarakat. Pada titik masalah yang timbul semakin kompleks, keluarga bahkan mulai kehilangan maknanya. Ketika kebijakan pembatasan mobilitas masyarakat diterapkan, tetap berada di rumah diwajibkan bagi seluruh lapisan masyarakat. Hal ini mengkondisikan siapapun untuk kembali menjadikan rumah sebagai pusat aktivitas. Kembalinya masyarakat menjadikan rumah sebagai pusat aktivitas, secara tidak langsung mengkondisikan individu untuk berinteraksi lebih lama, intens, dan kontinyu bersama anggota keluarga sehingga mengeratkan kembali interaksi-interaksi yang melonggar. Selain itu infeksi Corona Virus yang dipersepsikan sebagai ancaman, juga mendorong keluarga-keluarga untuk memaknai ulang fungsi keluarga bagi mereka.

Kata kunci: *kebermaknaan hidup, resiliensi keluarga,, covid-19, fungsi keluarga*

PENDAHULUAN

Masyarakat terbentuk dari keluarga-keluarga yang berkumpul pada suatu wilayah dan berinteraksi satu sama lain. Kumpulan keluarga inilah yang kemudian berkembang membentuk suatu komunitas atau masyarakat. Individu-individu dalam masyarakat ini saling berinteraksi sehingga terbentuk hubungan saling memengaruhi. Sebagai unsur pembentuk, keluarga memiliki fungsi yang penting dalam pengokohan masyarakat. Keluarga yang mampu menjalankan fungsinya dengan baik cenderung mampu membentuk masyarakat yang lebih.

Keluarga penting untuk menjaga fungsi keluarga. Jika fungsi keluarga tidak bekerja, akan berakibat pada melemahnya masyarakat dan memperbesar potensi munculnya berbagai masalah yang lebih besar. Adanya covid-19 ini juga menimbulkan potensi resiko kekerasan dalam keluarga^{1 2}. Selain itu, potensi masalah yang juga cenderung menimbulkan stress berkaitan dengan efek covid-19 pada aspek seperti keamanan finansial, isolasi, pemutusan hubungan kerja, serta kematian³.

Respon yang ditunjukkan seseorang terhadap kondisi krisis dapat mengungkap persepsi yang dimilikinya. Namun, kekhawatiran akan kondisi berikutnya dan timbulnya perasaan tertekan mendorong potensi internal individu untuk merespon justru secara positif. Kesiapan menggunakan sumber daya internalnya memungkinkan individu untuk menghadapi, merespon positif, menguatkan diri dengan resiliensinya dan menata ulang pemaknaannya akan pandemi dan keluarga. Keluarga diartikan sebagai, (1) sejumlah orang yang tinggal bersama dalam satu rumah atau satu kepala keluarga, termasuk orang tua, anak, dan pembantu, (2) kelompok yang terdiri atas orang tua dan anak baik yang tinggal bersama atau tidak, dalam arti luas semua orang yang secara berdekatan dihubungkan oleh pertalian darah, (3) seseorang yang memiliki anak-anak yang dibesarkan bersama-sama, dan (4) semua keturunan atau keterunan yang mengaku dari nenek moyang yang sama.⁴

Keberadaan semua unsur dalam keluarga memiliki arti penting dalam keluarga itu sendiri. setiap peran yang dimiliki setiap unsur memiliki fungsi yang harus berjalan sehingga arti keluarga dapat disadari dengan baik oleh seluruh anggota keluarga. Saat,

¹ Kathryn L. Humphreys, PhD, EdM; Myo Thwin Myint, MD; Charles H. Zeanah, MD. *Increased Risk for Family Violence During the COVID-19 Pandemic*. *Pediatrics Perspectives*, July 01 2020.

² Buttell, F., & Ferreira, R. J. *The hidden disaster of COVID-19: Intimate partner violence*. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S197. 2020.

³ Bridgland VME, Moeck EK, Green DM, Swain TL, Nayda DM, Matson LA, et al. *Why the COVID-19 pandemic is a traumatic stressor*. *PLoS ONE* 16(1): e0240146. 2021.

⁴ Ajit Avasthi. *Preserve And Strengthen Family To Promote Mental Health*. *Indian J Psychiatry*. 2010 Apr-Jun; 52(2): 113–126. doi: 10.4103/0019-5545.64582. 2010.

salah satu anggota keluarga berfungsi dengan baik, misalnya ayah menjalankan fungsinya dengan baik, maka hal tersebut mempengaruhi seluruh anggota keluarga lainnya^{5 6 7}.

Bagi sebuah keluarga, pandemic covid-19 merupakan ancaman bukan hanya terhadap jiwa, juga sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis seluruh anggota keluarga⁸. Pengaruh tersebut sangat dirasakan kaitannya dengan keamanan finansial, beban perawatan, stress yang terkait dengan pembatasan (seperti perubahan struktur, kebiasaan sehari-hari). Selain itu, beberapa aspek kehidupan sehari-hari juga harus disesuaikan seperti rutinitas harian, beralihnya bekerja dari kantor ke rumah, dinamika peralihan aktivitas belajar anak dari awalnya di sekolah menjadi di rumah, dan sebagainya. Perubahan ini menjadi sangat berpengaruh pada kesehatan mental utamanya dari segi emosi⁹.

Dalam jangka panjang hal ini akan memengaruhi sistem yang selama ini telah ada dan mapan dalam keluarga. Terutama hal-hal yang berhubungan dengan penyesuaian yang harus dilakukan oleh anak-anak. Penyesuaian pada anak-anak seringkali lebih menantang daripada bagi orang dewasa. Apalagi pandemic covid-19 ini tentu mempengaruhi perkembangan mereka.

KEBERMAKNAAN HIDUP

Kehadiran ayah sangat berperan penting dalam keluarga. Studi Knox dkk menunjukkan bahwa keberadaan ayah memengaruhi beberapa hal, di antaranya meningkatkan dukungan bagi anak, meningkatkan kualitas hubungan dengan pasangan, peningkatan pengasuhan anak bersama, serta kesejahteraan anak¹⁰.

Sebagaimana kita ketahui, anak-anak dari keluarga yang lebih sejahtera mendapatkan pengasuhan yang lebih baik daripada anak-anak dari keluarga dengan kondisi ekonomi yang kurang beruntung¹¹.

⁵ Knox, V., Cowan, P. A., Pape Cowan, C., & Bildner, E. *Policies That Strengthen Fatherhood and Family Relationships: What Do We Know and What Do We Need to Know?* The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science, 635(1), 216–239. 2011.

⁶ Carlisle, E., Stanley, L. & Kemple, K.M. *Opening Doors: Understanding School and Family Influences on Family Involvement.* Early Childhood Educ J 33, 155–162. 2005.

⁷ Abel, Y. *African American Fathers' Involvement in their Children's School-based Lives.* Journal of Negro Education 81(2), 162-172. 2012.

⁸ Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. *Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic.* American Psychologist, 75(5), 631–643. 2020.

⁹ Eales, L., Ferguson, G. M., Gillespie, S., Smoyer, S., & Carlson, S. M. *Family resilience and psychological distress in the COVID-19 pandemic: A mixed methods study.* Developmental Psychology, 57(10), 1563–1581. 2021.

¹⁰ Knox, V., Cowan, P. A., Pape Cowan, C., & Bildner, E. *Policies That Strengthen Fatherhood and Family Relationships: What Do We Know and What Do We Need to Know?* The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science, 635(1), 216–239. 2011.

¹¹ Ibid.

Selama ini dipahami banyak pihak bahwa keterlibatan ayah dinilai sangat kurang dibandingkan dengan keterlibatan ibu, dalam perkembangan anak¹². Peran ayah dalam keluarga sangatlah krusial daripada yang dipahami kebanyakan orang tua dewasa ini. Keberadaan dan kehadiran ayah dalam keluarga untuk keterlibatannya dalam pengasuhan anak. Selain itu keberadaan ayah juga memengaruhi kualitas dan stabilitas hubungan dalam keluarga¹³.

Kondisi dan berbagai kebijakan mitigasi selama pandemi memaksa para ayah untuk bekerja dari rumah juga memberikan kesempatan kepada para ayah untuk hadir dan berperan dalam keluarga, terutama saling mengeratkan dengan pasangan dan anak¹⁴. Walaupun dalam kondisi yang serba disesuaikan dengan kondisi berada dalam pembatasan sebagai salah satu upaya pengendalian penyebaran virus Corona, keluarga dapat memanfaatkan kebersamaan tersebut untuk meningkatkan kualitas hubungan antar anggota keluarga.

Martin Seligman dan Victor Frankl dalam bukunya masing-masing menjadikan keluarga sebagai bagian dari pemenuhan hidup yang bermakna. Memiliki hidup yang bermakna adalah salah satu kunci kebahagiaan menurut Seligman. Seligman menjadikan keluarga sebagai pemenuhan hidup yang bermakna, yang utuh dan sepenuhnya. Bahwa hidup yang bermakna berarti menjadi milik dan melayani sesuatu lebih besar dari diri, agama, atau keluarga. Adapun Frankl menyebutnya sebagai *the ultimate meaning* dan mendasarkannya pada salah satunya adalah agama. Kedua tokoh tersebut menyatakan bahwa pemenuhan makna hidup dipenuhi dengan salah satunya menyadari bahwa ada keterhubungan antara diri dengan semesta.

Frankl menyatakan bahwa kebermaknaan hidup dapat dicapai dengan tiga cara, yaitu, (1) dengan menciptakan suatu karya atau melakukan suatu perbuatan baik, yaitu kreativitas; (2) dengan mengalami sesuatu (seperti kebaikan, kebenaran dan keindahan, alam, atau budaya) atau bertemu dengan manusia lain dan dengan mencintai dia; dan (3) oleh sikap kita mengambil menuju penderitaan yang tak terhindarkan.

Sejalan dengan cara mencapai kebermaknaan hidup menurut Frankl di atas yang ketiga yaitu menyikapi suatu keadaan yang tak terhindarkan seperti pandemic Covid-19 juga dapat menjadi salah satu jalan mencapai kebermaknaan hidup. Mengambil sikap positif terhadap pandemi justru mengantarkan individu dan keluarga pada pengalaman hidup yang lebih bermakna.

¹² Abel, Y. *African American Fathers' Involvement In Their Children's School-Based Lives*. Journal of Negro Education 81(2), 162-172. 2012.

¹³ Op.cit.

¹⁴ Wilson, M. *The virus has wrecked some families. It has brought others closer*. The New York Times. (2020, May 24,). Retrieved from <https://www.nytimes.com/2020/05/24/nyregion/coronavirus-nyc-families.html?referringSource=articleShare>. 2020.

Menyadari situasi semisal pembatasan mobilitas dan menjadikannya sebagai moment untuk meningkatkan hubungan yang lebih berkualitas bersama keluarga justru memngarahkan keluarga untuk mencapai kebermaknaan hidup berkeluarga. Bahwa keluarga adalah bagian dalam hidup yang berperan sebagai penyokong dalam kehidupan. Hal ini mendorong keluarga untuk meningkatkan kualitas keluarga dan menjadikan keluarga lebih fungsional.

Membina hubungan yang baik dengan pasangan juga menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hubungan dan keberfungsian keluarga. Saling dukung, memotivasi, dan bersama-sama menghadapi dan melalui kesulitan selama pandemi, selain menurunkan tingkat stress yang dirasakan juga menumbuhkan perasaan menyatu bersama keluarga. Hal ini akan memperkuat resiliensi dan kebermaknaan keluarga¹⁵.

RESILIENSI KELUARGA

Pandemi Covid-19 ternyata memberikan dampak yang sangat luas dan dalam terkait dengan kekokohan keluarga. Kemerossotan pada aspek internal dan eksternal anak, depresi orang tua, serta penurunan pada kategori sedang dalam hal kualitas kerjasama orang tua menjalankan tugas keorngtuaan yaitu pengasuhan bersama. Perubahan kecil ditemukan pada aspek kecemasan orang tua dan pengasuhan anak. Adapun pada keluarga berpendapatan rendah, secara khusus keserosotan banyak terjadi pada aspek kesejahteraan¹⁶.

Pandemi Covid-19 memberikan efek yang dalam bagi kondisi mental individu yang juga berdampak pada kondisi mental keluarga. Salah satunya level kecemasan dan depresi¹⁷. Peningkatan tingkat kecemasan dan depresi dapat dikatakan sebagai respon yang wajar¹⁸ karena Covid-19 termasuk jenis varian virus Corona yang dapat menyebabkan kondisi yang fatal bagi individu yang terinfeksi, bahkan beresiko menimbulkan kematian. Respon ini dapat dikatakan sebagai ancaman dan menimbulkan stress (kondisi tertekan)¹⁹ bagi individu yang mempengaruhi sistem dalam keluarga^{20 21}.

¹⁵ Ibid.

¹⁶ Mark E. Feinberg, Jacqueline A. Mogle, J in-Kyung Lee, Samantha L. Tornello, Michelle L. Hostetler, Joseph A. Cifelli, Sunhye Bai, Emily Hotez. *Impact of the COVID-19 Pandemic on Parent, Child, and Family Functioning*. Family Process Volume 61, Issue 1/p. 361-374. 2021.

¹⁷ Crandall, A., Daines, C., Hanson, C. L., & Barnes, M. D. *The effects of COVID-19 stressors and family life on anxiety and depression one-year into the COVID-19 pandemic*. Family Process, 00, 1– 16. 2022.

¹⁸ Cooke JE, Eirich R, Racine N, Madigan S. *Prevalence of posttraumatic and general psychological stress during COVID-19: A rapid review and meta-analysis*. Psychiatry Res. 2020 Oct;292:113347.

¹⁹ Bridgland VME, Moeck EK, Green DM, Swain TL, Nayda DM, Matson LA, et al. *Why the COVID-19 pandemic is a traumatic stressor*. PLoS ONE 16(1): e0240146. 2021.

²⁰ A.C. Yoneda, J. Davila, *Marriage*, Encyclopedia of Stress (Second Edition), Pages 660-666, 2007.

²¹ Eales, L., Ferguson, G. M., Gillespie, S., Smoyer, S., & Carlson, S. M. *Family resilience and psychological distress in the COVID-19 pandemic: A mixed methods study*. Developmental Psychology, 57(10), 1563–1581. 2021.

Sebagai salah satu bentuk ancaman, maka untuk menghadapinya membutuhkan *coping strategy* sebagai salah satu proses resiliensi.

Walsh menjabarkan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk bangkit dari keterpurukan dan lebih berdaya. Resiliensi muncul sebagai respon atas krisis, tantangan yang berat namun pada sisi lain juga memberikan peluang atau kesempatan, dan melaluinya dengan berhasil. Bukan hanya menghadapi krisis, tetapi juga tumbuh menjadi individu yang jauh lebih kaya akan pengalaman batin²².

Ketahanan memerlukan lebih dari sekadar bertahan, melewati, atau lolos dari cobaan berat. Orang yang selamat belum tentu tangguh. Beberapa terjebak dalam posisi sebagai korban, merawat luka mereka dan terhalang dari pertumbuhan oleh kemarahan dan kesalahan. Respon bangkit dan bersedia menghadapi situasi krisis adalah pilihan. Tidak bersedia bangkit dan terus menerus berada pada situasi krisis juga pilihan.

Pilihan yang dibuat individu membawa mereka pada kondisi yang sangat jauh berlawanan. Pilihan tetap berada dalam krisis membawa mereka untuk melihat situasi dan krisis sebagai bagian dalam hidupnya. Karenanya mereka yang memilih pilihan ini terus menerus mengalami kesulitan. Keluarga-keluarga yang memilih pilihan ini semakin lama semakin sulit untuk keluar dari krisis.

Adapun individu atau keluarga yang memutuskan untuk keluar dari krisis akan mendapatkan pengalaman yang berbeda. Mereka mengawali proses yang tidak menyenangkan ini dengan menyadari sepenuhnya krisis yang menimpa. Dengan menyadari krisis mereka memiliki gambaran situasi, kondisi, dan sumber daya yang ada dan diperlukan untuk keluar dari krisis²³.

Proses penyadaran diri ini mendorong mereka untuk menerima krisis lalu melangkah pada tahap selanjutnya yaitu memeriksa sumber daya-sumber daya yang mereka miliki baik dari internal maupun eksternal. Dengan sumber daya ini, mereka mampu bangkit di atas kaki sendiri, secara mandiri tanpa harus selalu bergantung pada orang lain.

Ada anggapan bahwa individu atau keluarga yang mampu resilien diatribusikan sebagai kemampuan yang sifatnya bawaan. Mereka yang memiliki anggapan demikian seringkali mudah terjebak pada perasaan tidak mampu yang menumpulkan kemauan untuk bangkit. Persepsi seperti ini justru membuat mereka terus menerus melihat krisis berasal dari eksternal dirinya sementara dirinya adalah korban krisis. Selalu merasa membutuhkan pertolongan dari eksternal, mendorong mereka memandang hal-hal eksternallah yang harus bertanggung jawab mengatasi krisis sementara dirinya hanyalah

²² Walsh, Froma, *Strengthening Family Resilience*, New York: The Guilford Press, 2006, p. 8.

²³ Ibid.

butuh menunggu. Jikalau pun tak ada perubahan pada kondisi mereka, sepenuhnya itu karena nasib semata.

Sebaliknya, individu dan keluarga yang memandang krisis walaupun sepenuhnya berasal dari eksternal diri mereka, mereka tidak melihat krisis sebagai penentu kondisi mereka saat ini dan selanjutnya. Mereka menjadikan diri sendiri sebagai penentu kondisi mereka selanjutnya walaupun penyebab krisis diatribusikan berasal dari eksternal yang tidak dapat mereka kontrol. Dengan persepsi ini mereka merasa tidak perlu menyalahkan siapapun atau pihak manapun untuk bertanggung jawab atas krisis yang terjadi dan situasi kondisi yang mereka hadapi. Menyalahkan pihak lain (*blaming*) tidak menjadi salah satu strategi mereka menghadapi krisis.

Adapun resiliensi keluarga mengacu pada proses mengatasi dan adaptasi di dalam keluarga sebagai satu unit fungsional. Lebih jelasnya hal ini mengacu pada proses bagaimana keluarga menjembatani stress yang ada sehingga memungkinkan keluarga dapat melewati krisis dan kesulitan-kesulitan dalam jangka panjang. Oleh karena itu sistem dalam keluarga sangatlah penting karena akan memengaruhi individu-individu di dalam keluarga selama proses resiliensi berlangsung. Termasuk di antaranya *belief system* atau sistem kepercayaan yang dimiliki oleh keluarga.

Keluarga yang memiliki *belief system* menjadikan piranti ini sebagai salah satu alat untuk memandu mereka keluar dari krisis dan menjaga mereka tidak keluar dari jalur bangkit dari krisis. Dengan menciptakan jalur resiliensi mereka sendiri mereka dapat bertahan dalam krisis, selalu memiliki energi dan harapan untuk bertahan hingga krisis usai atau teratasi.

KESIMPULAN

Pandemi Covid-19 merupakan peristiwa global yang memberikan dampak pada berbagai aspek kehidupan, termasuk aspek kejiwaan dan kesehatan mental. Wabah ini memaksa individu merespon dengan kemampuan psikologisnya, juga memaksa individu untuk bersatu bersama keluarganya dalam menghadapi Covid-19. Selain sebagai ancaman, menimbulkan tertekan maupun kecemasan, penyebaran Covid-19 juga mendorong individu dan keluarga untuk mengeratkan kembali hubungan dan interaksi mereka menjadi lebih berkualitas. Panjangnya waktu bersama yang dimiliki dan bersama-sama menghadapi kesulitan, menguatkan dan mengokohkan kembali pilar-pilar keluarga sehingga memungkinkan keberfungsian keluarga menjadi lebih kuat. Menghadapi dan menjalani masa pandemi mendorong kemampuan individu dan keluarga untuk bangkit dengan memperkuat kemampuan resiliensi, baik resiliensi individu maupun keluarga. Pada krisis akibat pandemi, individu menghadapi dengan keyakinan yang dimiliki, menjadi lebih resilien, dan mengalami pertumbuhan secara mental oleh pengalaman batin yang kaya.

REFERENSI

- A.C. Yoneda, J. Davila, *Marriage*, Encyclopedia of Stress (Second Edition), Pages 660-666, 2007.
- Abel, Y. *African American Fathers' Involvement in their Children's School-based Lives*. Journal of Negro Education 81(2), 162-172. 2012.
- Ajit Avasthi. *Preserve And Strengthen Family To Promote Mental Health*. Indian J Psychiatry. 2010 Apr-Jun; 52(2): 113–126. doi: 10.4103/0019-5545.64582. 2010.
- Bridgland VME, Moeck EK, Green DM, Swain TL, Nayda DM, Matson LA, et al. *Why the COVID-19 pandemic is a traumatic stressor*. PLoS ONE 16(1): e0240146. 2021.
- Buttell, F., & Ferreira, R. J. *The hidden disaster of COVID-19: Intimate partner violence*. Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 12(S1), S197. 2020.
- Carlisle, E., Stanley, L. & Kemple, K.M. *Opening Doors: Understanding School and Family Influences on Family Involvement*. Early Childhood Educ J 33, 155–162. 2005.
- Cooke JE, Eirich R, Racine N, Madigan S. *Prevalence Of Posttraumatic And General Psychological Stress During COVID-19: A Rapid Review And Meta-Analysis*. Psychiatry Res. 2020 Oct;292:113347.
- Eales, L., Ferguson, G. M., Gillespie, S., Smoyer, S., & Carlson, S. M. *Family Resilience And Psychological Distress In The COVID-19 Pandemic: A Mixed Methods Study*. Developmental Psychology, 57(10), 1563–1581. 2021.
- Kathryn L. Humphreys, PhD, EdM; Myo Thwin Myint, MD; Charles H. Zeanah, MD. *Increased Risk for Family Violence During the COVID-19 Pandemic*. Pediatrics Perspectives, July 01 2020.
- Knox, V., Cowan, P. A., Pape Cowan, C., & Bildner, E. *Policies That Strengthen Fatherhood and Family Relationships: What Do We Know and What Do We Need to Know?* The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science, 635(1), 216–239. 2011.
- Mark E. Feinberg, Jacqueline A. Mogle, J in-Kyung Lee, Samantha L. Tornello, Michelle L. Hostetler, Joseph A. Cifelli, Sunhye Bai, Emily Hotez. *Impact of the COVID-19 Pandemic on Parent, Child, and Family Functioning*. Family Process Volume 61, Issue 1/p. 361-374. 2021.
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. *Risk And Resilience In Family Well-Being During The COVID-19 Pandemic*. American Psychologist, 75(5), 631–643. 2020.
- Walsh, Froma, *Strengthening Family Resilience*, New York: The Guilford Press, 2006.
- Wilson, M. *The virus has wrecked some families. It has brought others closer*. The New York Times. (2020, May 24,). Retrieved from <https://www.nytimes.com/2020/05/24/nyregion/coronavirus-nyc-families.html?referringSource> 2020.