

SELF-ESTEEM DAN FAMILY RELATION DENGAN PERCEIVED STRESS PADA REMAJA

Fendi Krisna Rusdiana

Bimbingan Penyuluhan Islam IAIN Ponorogo
fendi@iainponorogo.ac.id

Abstrak : Di masa pandemi Covid-19 ini, seluruh aktivitas manusia lebih dibatasi sehingga menyebabkan dampak di segala lini kehidupan, baik secara sosial, ekonomi maupun pendidikan. Berbagai dampak tersebut membuat sebagian besar penduduk mengalami tingkat kejenuhan dan dapat berpotensi menyebabkan stress. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui tingkat hubungan *self-esteem* dan *family relation* dengan *perceived stress*. Jumlah partisipan dalam penelitian ini berjumlah 62 remaja di rentang usia 17-19 tahun. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *random sampling* yang diambil dalam kurun waktu dua minggu di wilayah Sidoarjo dan Surabaya. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi berganda untuk mengetahui tingkat keeratan hubungan variabel bebas dan terikat. Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti bahwa ada hubungan antara *self-esteem* dan *family relation* dengan *perceived stress*. Nilai korelasi yang didapat adalah sebesar 0,555. Kesimpulan pada penelitian ini adalah tingkat hubungan antara *self-esteem* dan *family relation* dengan *perceived stress* tergolong sedang.

Kata kunci: *self-esteem, family relation, perceived stress, remaja*

PENDAHULUAN

Sudah lebih dari satu tahun virus corona (COVID-19) telah menginfeksi lebih dari jutaan penduduk di dunia. Meskipun sudah ada vaksin namun tingkat penularan yang tinggi menyebabkan salah satu stresor yang tak terkontrol bagi banyak individu¹. Hal tersebut ditambah beberapa negara melakukan pembatasan mobilitas rakyat, termasuk Indonesia untuk menekan laju penyebaran COVID-19. Berdasarkan penelitian sebelumnya, para penyintas penyakit infeksi akut seperti SARS dapat memunculkan kecemasan, depresi dan gangguan stres². Seperti halnya saat ini, di tengah masifnya

¹ Han Xiao et al., "The Effects of Social Support on Sleep Quality of Medical Staff Treating Patients with Coronavirus Disease 2019(COVID-19) in January and February 2020 in China," *Medical Science Monitor* 26 (2020): 1–8, <https://doi.org/10.12659/MSM.923549>.

² Kitty K. Wu, Sumee K. Chan, and Tracy M. Ma, "Posttraumatic Stress, Anxiety, and Depression in Survivors of Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)," *Journal of Traumatic Stress* 18, no. 1 (2005): 39–42, <https://doi.org/10.1002/jts.20004>.

infeksi COVID-19 membuat sebagian orang mengalami kecemasan baik dari segi kesehatan seperti adanya perilaku *panic buying* karena adanya pemberitaan yang belum tentu benar maupun dari segi psikis seperti kecemasan akan tertular COVID-19.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecemasan yang ditandai dengan ketakutan dan kekhawatiran yang terjadi terus menerus yang dapat mengakibatkan gangguan stres apabila tidak diantisipasi³. Hal tersebut bisa terjadi pada semua rentang usia termasuk remaja karena merupakan masa transisi masa anak-anak ke masa dewasa. Peralihan masa tersebut menyebabkan perubahan perilaku, fisik maupun psikologis⁴. Pada masa ini, remaja memiliki keinginan menghabiskan waktu bersama teman di lingkungannya serta ingin mencoba berbagai macam hal baru. Pada masa remaja cenderung akan memunculkan banyak gejala dan rasa kekhawatiran sehingga berpotensi muncul kebingungan identitas pada remaja⁵. Kebingungan tersebut jika tidak mendapat perhatian dari orang tua maka akan memunculkan tekanan psikologis maupun stres.

Apabila stres tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gangguan mental atau fisik⁶. Stres yang dirasakan tiap individu pasti berbeda-beda maka yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah stres yang dirasakan oleh individu (*perceived stress*). Pada dasarnya stres yang dirasakan oleh individu terjadi akibat adanya perasaan terintimidasi oleh seseorang atau lingkungan yang lebih besar daripada kemampuan menangani stres pada individu tersebut.

Tingkat stres yang tinggi akan menimbulkan berbagai masalah terhadap tubuh dan mental⁷. Salah satu yang mampu mencegah terjadinya peningkatan stres adalah *self-esteem*⁸. *Self-esteem* adalah suatu tingkat penerimaan dan penghargaan diri seseorang

³ Thomas H. Ollendick, Neville J. King, and Peter Muris, "Fears and Phobias in Children: Phenomenology, Epidemiology, and Aetiology," *Child and Adolescent Mental Health* 7, no. 3 (2002): 98–106, <https://doi.org/10.1111/1475-3588.00019>.

⁴ Elvira Cicognani, "Coping Strategies With Minor Stressors in Adolescence: Relationships With Social Support, Self-Efficacy, and Psychological Well-Being," *Journal of Applied Social Psychology* 41, no. 3 (2011): 559–78, <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2011.00726.x>.

⁵ Cindy Parsons, "Evidenced-Based Care of Adolescents and Families in Crisis," *Nursing Clinics of North America* 51, no. 2 (2016): 249–60, <https://doi.org/10.1016/j.cnur.2016.01.008>.

⁶ Sheldon Cohen, Michael L.M. Murphy, and Aric A. Prather, "Ten Surprising Facts about Stressful Life Events and Disease Risk," *Annual Review of Psychology* 70, no. June 2018 (2019): 577–97, <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102857>.

⁷ W. Cuiyan et al., "Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 5 (2020): 1–25.

⁸ Allison Hubbs et al., "Relationships among Self-Esteem, Stress, and Physical Activity in College Students," *Psychological Reports* 110, no. 2 (2012): 469–74, <https://doi.org/10.2466/02.07.09.PR0.110.2.469-474>.

terhadap dirinya sendiri⁹. Hal tersebut mengindikasikan bahwa tiap individu mampu menilai seberapa berharga dirinya¹⁰. Individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan mampu melakukan *coping* stres lebih baik dan cenderung tidak menimbulkan penyimpangan perilaku¹¹.

Selain *self-esteem*, ada aspek lain yang mampu mempengaruhi tingkat stres pada remaja yaitu *family relation*¹². Remaja yang berada di lingkungan keluarga harmonis memiliki peluang kecil terlibat kenakalan remaja maupun gangguan mental¹³. Remaja yang memiliki *family relation* lebih tinggi akan merasa dicintai sehingga akan mereduksi stres dan turut menumbuhkan *self-esteem* dalam dirinya¹⁴. Hal tersebut tentu menuntut peran orang tua dalam membangun *family relation* yang baik sehingga mampu menjaga remaja dari perilaku menyimpang dan kondisi mental yang stabil¹⁵.

Penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa *family relation* harus diterapkan oleh orang tua sejak dini agar mampu berdampak positif pada kematangan mental dan kemandirian anak¹⁶. *Family relation* merupakan mikrosistem utama yang dapat mempengaruhi proses internalisasi dan eksternalisasi remaja¹⁷. Proses internalisasi merupakan penyerapan nilai-nilai yang ditanamkan oleh orang tua kepada anak. Saat

⁹ Mahmoud Mohamed Emam and Usama Saad Abu-Serei, "Family Functioning Predictors of Self-Concept and Self-Esteem in Children at Risk for Learning Disabilities in Oman: Exclusion of Parent and Gender Contribution," *International Education Studies* 7, no. 10 (2014): 89–99, <https://doi.org/10.5539/ies.v7n10p89>.

¹⁰ Jennifer Crocker and Brenda Major, "Social Stigma and Self-Esteem : The Self-Protective Properties of Stigma on Self-Esteem . Later in This Article , We Will Consider Variables," *Psychological Review* 96, no. 4 (1989): 608–24, <http://content.ebscohost.com/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=1990-04498-001&S=L&D=pdh&EbscoContent=dGJyMMTo50Sep7c4yOvqOLCmr1Gep7dSsq4TK6WxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGusVCxqrFRuePfgeyx44Dt6fIA>.

¹¹ Susann Krug et al., "Family Functioning Mediates the Association between Parental Depression and Low Self-Esteem in Adolescents," *Journal of Affective Disorders* 203 (2016): 184–89, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.06.008>.

¹² Karen M. Gil et al., "The Relation of Stress and Family Environment to Atopic Dermatitis Symptoms in Children," *Journal of Psychosomatic Research* 31, no. 6 (1987): 673–84, [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(87\)90016-X](https://doi.org/10.1016/0022-3999(87)90016-X).

¹³ G. S. Chhabra and M. K. Sodhi, "Impact of Family Conflict on the Psychosocial Behaviour in Male Adolescents," *Journal of Nepal Paediatric Society* 32, no. 2 (2012): 124–31, <https://doi.org/10.3126/jnps.v32i2.6147>.

¹⁴ Judith E Cooper and Valerie A Braithwaite, "Self-Esteem and Family Cohesion : The Child ' s Perspective and Adjustment Author (s) : Judith E . Cooper , Jacqueline Holman and Valerie A . Braithwaite Published by : National Council on Family Relations Stable URL : <Http://Www.Jstor.Org/Stable/351303>" 45, no. 1 (2016): 153–59.

¹⁵ Rohany Nasir et al., "Effects of Family Functioning, Self-Esteem, and Cognitive Distortion on Depression among Malay and Indonesian Juvenile Delinquents," *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 7, no. C (2010): 613–20, <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.10.083>.

¹⁶ Ruth Feldman and Shafiq Masalha, "Parent-Child and Triadic Antecedents of Children's Social Competence: Cultural Specificity, Shared Process," *Developmental Psychology* 46, no. 2 (2010): 455–67, <https://doi.org/10.1037/a0017415>.

¹⁷ X. Chen, F & Luo, "Impact of Family Function on Externalizing Problem Behavior among Rural Children Left behind: On Mediation of Self-Esteem," *Journal of Human Agricultural University* 17 (2016): 67–70.

berada di lingkungan sosialnya maka anak akan merefleksikan dirinya berdasarkan proses internalisasi yang telah dilakukan. Berdasarkan penjelasan diatas, penelitian ini menduga adanya hubungan antara *self-esteem* dan *family relation* dengan *perceived stress* pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan berupa angka dan mengolah data dengan metode statistika, yaitu korelasi ganda. Pengambilan data menggunakan kuesioner yang disebar melalui *google form*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang berdomisili di Sidoarjo dan Surabaya. Sampel yang digunakan sebanyak 62 remaja yang berusia 17-19 tahun menggunakan teknik random sampling, yaitu penentuan sampel penelitian secara acak¹⁸.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah data demografi responden dalam penelitian ini:

Jumlah Responden	Usia (%)			Jenis kelamin (%)	
	17 Thn	18 Thn	19 Thn	Pria	Wanita
62 orang	6	13	81	21	79

Berdasarkan tabel diatas, responden terbanyak adalah remaja berusia 19 tahun, yaitu sekitar 81% dan responden paling sedikit berusia 17 tahun, yaitu sekitar 6%. Sedangkan responden wanita lebih besar daripada responden pria, yaitu sebesar 79%.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
						F Change	df1	df2	
1	.555 ^a	.308	.285	4.014	.308	13.133	2	59	.000

a. Predictors: (Constant), Family relation, Self-esteem

¹⁸ S.C. Cozby, P.C. & Bates, *Methods in Behavioral Research*, Seventh (New York: McGraw-Hill, 2012).

Berdasarkan tabel di atas, nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti ada hubungan antara *self-esteem* dan *family relation* dengan *perceived stress* pada remaja. Sedangkan nilai koefisien R menunjukkan angka 0,555 yang berarti besar hubungan *self-esteem* dan *family relation* sebesar 55,5% sedangkan sisanya ada hubungan dengan variabel yang lain.

Remaja adalah salah satu masa kritis yang dialami oleh setiap individu dalam perkembangan dalam hidupnya. Oleh karena itu, remaja perlu untuk mengekspresikan permasalahan yang sedang dialami pada saat belajar adaptasi dan bersosialisasi dengan lingkungannya¹⁹. *Self-esteem* dan *family relation* memiliki hubungan dengan *perceived stress* dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self-esteem* dengan *perceived stress*. Ketidakmampuan individu dalam mengevaluasi dirinya dengan baik akan cenderung timbulnya stress, depresi maupun gangguan mental lainnya²⁰. Sedangkan individu yang memiliki tingkat *self-esteem* yang tinggi akan memandang dirinya berharga sehingga mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental²¹.

Untuk meningkatkan *self-esteem* remaja tidaklah mudah karena saat anak menginjak masa remaja, ia akan mulai memiliki ketertarikan di dunia luar (selain keluarga) baik dengan teman maupun lingkungan sekitarnya. Otoritas yang dimiliki oleh orang tua akan menjadi berkurang dikarenakan remaja sudah mampu berpikir dan membuat suatu keputusan. Oleh sebab itu, diperlukan teman yang mendukung, lingkungan yang kondusif serta keluarga yang harmonis.

Saat anak menginjak masa remaja, memang peran orang tua sudah mulai berkurang namun keluarga masih menjadi faktor utama dalam membangun kepribadian remaja. Salah satu fungsi orang tua adalah menjadi *role model* bagi anak sehingga remaja bisa melihat, memahami dan meniru perilaku orang tua saat menghadapi situasi tertentu. Selain itu, orang tua juga bisa menjadi tolok ukur bagi proses perkembangan

¹⁹ Michal Al-Yagon and Mario Mikulincer, "Socioemotional and Academic Adjustment among Children with Learning Disorders: The Mediation Role of Attachment-Eased Factors," *Journal of Special Education* 38, no. 2 (2004): 111–23, <https://doi.org/10.1177/00224669040380020501>.

²⁰ Lonneke A. Van Tuijl et al., "Implicit and Explicit Self-Esteem and Their Reciprocal Relationship with Symptoms of Depression and Social Anxiety: A Longitudinal Study in Adolescents," *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry* 45, no. 1 (2014): 113–21, <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2013.09.007>.

²¹ Michal Mann et al., "Self-Esteem in a Broad-Spectrum Approach for Mental Health Promotion," *Health Education Research* 19, no. 4 (2004): 357–72, <https://doi.org/10.1093/her/cyg041>.

remaja yang bisa dijadikan pedoman bagi remaja dalam menguji kemampuan yang dimilikinya.

Keluarga merupakan lingkungan yang pertama dikenal oleh anak yang menjadi faktor penentu perkembangan jiwa, emosi dan kepribadian anak. Peran orang tua dalam memahami kondisi perkembangan remaja tidaklah mudah. Bagi orang tua, rasa sayang terhadap anak adalah dengan mengarahkan dan memberikan batas perilaku bagi remaja sedangkan remaja perlu mendapat perhatian dan pengertian. Diperlukan kombinasi dan komunikasi yang baik antara kasih sayang dan sikap disiplin dari orang tua. Apabila hal tersebut kurang berjalan baik maka akan membuat permasalahan tersendiri bagi remaja.

Faktor keluarga merupakan sumber stres kedua setelah faktor pekerjaan atau sekolah²². Keluarga memiliki fungsi yang mencerminkan konsep transaksional dan sistemik pada anggota keluarga²³. Apabila fungsi tersebut dapat berjalan dengan baik maka hubungan antara remaja dengan orang tua akan lebih erat. Salah satu ciri *family relation* yang positif adalah adanya kesediaan anggota keluarga untuk menyelesaikan masalah secara bersama, adanya negosiasi dalam keluarga dan dapat menyampaikan permasalahan yang sedang dihadapi. Sebaliknya, disfungsi keluarga akan berdampak negatif pada perkembangan fisik dan emosional remaja sehingga dapat memunculkan potensi perasaan tidak aman, tidak pasti dan diabaikan.

KESIMPULAN

Self-esteem memiliki peran untuk seseorang menilai apakah dirinya berharga. Perasaan berharga tersebut sangat diperlukan untuk mencegah adanya *perceived stress*. Remaja yang memiliki *self-esteem* yang baik maka cenderung akan mampu mengelola emosi dengan lebih baik. *Self-esteem* yang baik juga dapat ditumbuhkan melalui *family relation* yang harmonis. Orang tua sebagai peran utama untuk membentuk hubungan antaranggota keluarga yang saling menyayangi sehingga remaja merasa berharga dalam keluarganya. Selain itu, apabila remaja merasa berharga di keluarganya maka proses penanaman nilai-nilai sosial, agama maupun aspek yang lain akan lebih mudah.

Penyerapan nilai-nilai tersebut akan membentuk suatu *role model* bagi remaja yang sedang dalam masa peralihan menuju masa dewasa. Hal tersebut sangat penting

²² Allan Tate et al., "Stressed Out! Examining Family Meal Decisions in Response to Daily Stressors via Ecological Momentary Assessment in a Racially/Ethnically Diverse Population," *Preventive Medicine Reports* 20 (2020): 101251, <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2020.101251>.

²³ Krug et al., "Family Functioning Mediates the Association between Parental Depression and Low Self-Esteem in Adolescents."

untuk menghindari perilaku maladaptif seperti kenakalan remaja. Apabila proses internalisasi tersebut bisa dilakukan oleh anak maka saat berinteraksi dengan orang lain akan menampilkan individu yang sehat secara mental sesuai dengan nilai-nilai yang ditanamkan oleh keluarga. Mengingat pentingnya *self-esteem* dan *family relation* pada saat remaja, kedua aspek tersebut bisa menjadi aspek yang berperan dalam penurunan *perceived stress*.

REFERENSI

- Al-Yagon, Michal, and Mario Mikulincer. "Socioemotional and Academic Adjustment among Children with Learning Disorders: The Mediation Role of Attachment-Eased Factors." *Journal of Special Education* 38, no. 2 (2004): 111–23. <https://doi.org/10.1177/00224669040380020501>.
- Chen, F & Luo, X. "Impact of Family Function on Externalizing Problem Behavior among Rural Children Left behind: On Mediation of Self-Esteem." *Journal of Human Agricultural University* 17 (2016): 67–70.
- Chhabra, G. S., and M. K. Sodhi. "Impact of Family Conflict on the Psychosocial Behaviour in Male Adolescents." *Journal of Nepal Paediatric Society* 32, no. 2 (2012): 124–31. <https://doi.org/10.3126/jnps.v32i2.6147>.
- Cicognani, Elvira. "Coping Strategies With Minor Stressors in Adolescence: Relationships With Social Support, Self-Efficacy, and Psychological Well-Being." *Journal of Applied Social Psychology* 41, no. 3 (2011): 559–78. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2011.00726.x>.
- Cohen, Sheldon, Michael L.M. Murphy, and Aric A. Prather. "Ten Surprising Facts about Stressful Life Events and Disease Risk." *Annual Review of Psychology* 70, no. June 2018 (2019): 577–97. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102857>.
- Cooper, Judith E, and Valerie A Braithwaite. "Self-Esteem and Family Cohesion : The Child ' s Perspective and Adjustment Author (s): Judith E . Cooper , Jacqueline Holman and Valerie A . Braithwaite Published by : National Council on Family Relations Stable URL : [Http://Www.Jstor.Org/Stable/351303](http://Www.Jstor.Org/Stable/351303)" 45, no. 1 (2016): 153–59.
- Cozby, P.C. & Bates, S.C. *Methods in Behavioral Research*. Seventh. New York: McGraw-Hill, 2012.
- Crocker, Jennifer, and Brenda Major. "Social Stigma and Self-Esteem : The Self-Protective Properties of Stigma on Self-Esteem . Later in This Article , We Will Consider Variables." *Psychological Review* 96, no. 4 (1989): 608–24. <http://content.ebscohost.com/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=1990-04498-001&S=L&D=pdh&EbscoContent=dGJyMMTo50Sep7c4yOvqOLCmr1Gep7dSsqq4TK6WxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGusVCxqrFRuePfgex44Dt6fIA>.
- Cuiyan, W., P. Riyu, W. Xiaoyang, T. Yilin, X. Linkang, S. H. Cyrus, and Roger C.H. "Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 5 (2020): 1–25.
- Emam, Mahmoud Mohamed, and Usama Saad Abu-Serei. "Family Functioning Predictors of Self-Concept and Self-Esteem in Children at Risk for Learning Disabilities in Oman: Exclusion of Parent and Gender Contribution." *International*

- Education Studies* 7, no. 10 (2014): 89–99. <https://doi.org/10.5539/ies.v7n10p89>.
- Feldman, Ruth, and Shafiq Masalha. “Parent-Child and Triadic Antecedents of Children’s Social Competence: Cultural Specificity, Shared Process.” *Developmental Psychology* 46, no. 2 (2010): 455–67. <https://doi.org/10.1037/a0017415>.
- Gil, Karen M., Francis J. Keefe, Hugh A. Sampson, Cynthia C. McCaskill, Judith Rodin, and James E. Crisson. “The Relation of Stress and Family Environment to Atopic Dermatitis Symptoms in Children.” *Journal of Psychosomatic Research* 31, no. 6 (1987): 673–84. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(87\)90016-X](https://doi.org/10.1016/0022-3999(87)90016-X).
- Hubbs, Allison, Eva I. Doyle, Rodney G. Bowden, and Robert D. Doyle. “Relationships among Self-Esteem, Stress, and Physical Activity in College Students.” *Psychological Reports* 110, no. 2 (2012): 469–74. <https://doi.org/10.2466/02.07.09.PR0.110.2.469-474>.
- Krug, Susann, Hans Ulrich Wittchen, Roselind Lieb, Katja Beesdo-Baum, and Susanne Knappe. “Family Functioning Mediates the Association between Parental Depression and Low Self-Esteem in Adolescents.” *Journal of Affective Disorders* 203 (2016): 184–89. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.06.008>.
- Mann, Michal, Clemens M.H. Hosman, Herman P. Schaalma, and Nanne K. De Vries. “Self-Esteem in a Broad-Spectrum Approach for Mental Health Promotion.” *Health Education Research* 19, no. 4 (2004): 357–72. <https://doi.org/10.1093/her/cyg041>.
- Nasir, Rohany, Zainah Ahmad Zamani, Rozainee Khairudin, and Latipun. “Effects of Family Functioning, Self-Esteem, and Cognitive Distortion on Depression among Malay and Indonesian Juvenile Delinquents.” *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 7, no. C (2010): 613–20. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.10.083>.
- Ollendick, Thomas H., Neville J. King, and Peter Muris. “Fears and Phobias in Children: Phenomenology, Epidemiology, and Aetiology.” *Child and Adolescent Mental Health* 7, no. 3 (2002): 98–106. <https://doi.org/10.1111/1475-3588.00019>.
- Parsons, Cindy. “Evidenced-Based Care of Adolescents and Families in Crisis.” *Nursing Clinics of North America* 51, no. 2 (2016): 249–60. <https://doi.org/10.1016/j.cnur.2016.01.008>.
- Tate, Allan, Susan Telke, Amanda Trofholz, Michael Miner, and Jerica M. Berge. “Stressed Out! Examining Family Meal Decisions in Response to Daily Stressors via Ecological Momentary Assessment in a Racially/Ethnically Diverse Population.” *Preventive Medicine Reports* 20 (2020): 101251. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2020.101251>.
- Tuijl, Lonneke A. Van, Peter J. De Jong, B. Esther Sportel, Eva De Hullu, and Maaïke H. Nauta. “Implicit and Explicit Self-Esteem and Their Reciprocal Relationship with Symptoms of Depression and Social Anxiety: A Longitudinal Study in Adolescents.” *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry* 45, no. 1 (2014): 113–21. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2013.09.007>.
- Wu, Kitty K., Sumee K. Chan, and Tracy M. Ma. “Posttraumatic Stress, Anxiety, and Depression in Survivors of Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS).” *Journal of Traumatic Stress* 18, no. 1 (2005): 39–42. <https://doi.org/10.1002/jts.20004>.
- Xiao, Han, Yan Zhang, Desheng Kong, Shiyue Li, and Ningxi Yang. “The Effects of Social Support on Sleep Quality of Medical Staff Treating Patients with Coronavirus Disease 2019(COVID-19) in January and February 2020 in China.” *Medical Science Monitor* 26 (2020): 1–8. <https://doi.org/10.12659/MSM.923549>.