

Between Home's Embrace and Laughter with Friends: Relationships that Shape Adolescent Happiness in a Systematic Literature Review

Antara Pelukan Rumah dan Tawa bersama Teman: Relasi yang Membentuk Remaja Bahagia dalam Tinjauan Literatur Sistematis

Hevitriana¹, Mira Ariyani², Deasyanti³

^{1,2,3}Department of Psychology, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
Email: ¹hevitriana@mhs.unj.ac.id, ²mira_ariyani@unj.ac.id, ³deasyanti@unj.ac.id

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 02/12/2025
Revisi 09/02/2026
Diterima 02/03/2026

Keywords:

adolescent happiness;
parental relationship;
peer relationship

ABSTRACT

Adolescence is a crucial developmental period marked by significant social and emotional changes. This study aims to systematically examine the synergy between family and peer relationships in shaping adolescent well-being. The study was conducted using the Systematic Literature Review (SLR) method based on the PRISMA 2020 guidelines. The literature search was performed across five major databases (Scopus, JSTOR, PubMed, ProQuest, and Google Scholar) with a publication range of 2016–2025. Out of 1,001 identified articles, 22 studies met the inclusion criteria. The extracted data were then analyzed through a narrative-comparative approach, followed by a thematic synthesis to identify the contribution patterns of parental and peer relations to adolescent happiness. The synthesis results indicate that parental relationships are a strong predictor of long-term emotional stability and well-being. Conversely, peer relationships play a vital role in daily happiness and social relatedness. These two relations complement each other through synergy and compensation mechanisms, where family support provides a stable affective foundation, while peer support enriches social experience. These findings confirm that adolescent well-being is influenced by the quality of interpersonal relations within a broader socio-cultural context and provides a basis for developing holistic, relationship-based interventions.

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang krusial yang ditandai oleh perubahan sosial dan emosional yang signifikan. Penelitian ini bertujuan menelaah secara sistematis sinergi antara hubungan keluarga dan teman sebaya dalam membentuk kebahagiaan remaja. Kajian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) berdasarkan panduan PRISMA 2020. Pencarian literatur dilakukan melalui lima basis data utama (Scopus, JSTOR, PubMed, ProQuest, dan Google Scholar) dengan rentang tahun publikasi 2016–2025. Dari 1.001 artikel yang teridentifikasi, sebanyak 22 studi memenuhi kriteria inklusi. Data kemudian dianalisis secara naratif-komparatif, dilanjutkan dengan sintesis tematik untuk mengidentifikasi pola kontribusi relasi terhadap kebahagiaan remaja. Hasil sintesis menunjukkan bahwa hubungan dengan orang tua merupakan prediktor kuat kebahagiaan dan stabilitas emosional jangka panjang. Sementara itu, hubungan dengan teman sebaya berperan penting dalam kebahagiaan harian dan keterhubungan sosial. Kedua relasi tersebut saling melengkapi melalui mekanisme sinergi dan kompensasi, di mana dukungan keluarga menyediakan fondasi afektif yang stabil, sedangkan dukungan teman sebaya memperkaya pengalaman sosial. Temuan ini menegaskan bahwa kesejahteraan remaja dipengaruhi oleh kualitas relasi interpersonal dalam konteks sosial-budaya yang lebih luas dan menjadi dasar bagi pengembangan intervensi berbasis relasi yang holistik.

Kata Kunci :

kebahagiaan remaja;
relasi orang tua;
relasi teman sebaya

Copyright (c) 2026 Hevitriana et all

Korespondensi:

Hevitriana

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
Email: hevitriana@mhs.unj.ac.id

LATAR BELAKANG

Kebahagiaan merupakan bentuk pengalaman emosional yang bersifat subjektif dan sangat dipengaruhi oleh bagaimana individu merespons berbagai peristiwa dalam hidupnya. Seligman (2005) menyebut bahwa seseorang dapat dikatakan bahagia apabila ia lebih sering mengalami emosi positif dibandingkan emosi negatif dalam kesehariannya. Dalam pandangan Arif (2016), seluruh upaya dan perjalanan hidup manusia pada dasarnya ditujukan untuk mencapai kebahagiaan sebagai tujuan akhir. Sehingga kebahagiaan dapat didefinisikan secara subjektif sebagai pengalaman emosional yang dominan positif dan menjadi tujuan hakiki dari upaya hidup manusia.

Data Badan Pusat Statistik (BPS) pada Survei Kebahagiaan 2017 dan 2021 menunjukkan bahwa kelompok usia muda, terutama remaja hingga dewasa awal (di bawah 40 tahun), cenderung memiliki tingkat kebahagiaan tertinggi. Secara spesifik, kelompok usia 24 tahun mencatat skor tertinggi pada 2017 (71,29), dan kelompok usia 25-40 tahun mendominasi pada 2021 (72,39). Pola ini mengindikasikan bahwa periode ini, yang mencakup usia remaja yaitu 10-19 tahun (World Health Organization, 2024), merupakan puncak kebahagiaan di Indonesia sebelum terjadi kecenderungan penurunan seiring bertambahnya usia. Oleh karena itu, penting untuk menggali faktor-faktor khususnya aspek relasi sosial yang membentuk kebahagiaan selama masa remaja dan dewasa awal.

Masa remaja merupakan fase krusial dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh perubahan signifikan pada dimensi biologis, kognitif, sosial, dan emosional. Dalam teori psikososial Erikson (1968, sebagaimana dikutip dalam de Carvalho & Veiga (2022)), tahap ini digambarkan sebagai krisis *identity versus role confusion*, di mana individu berupaya membentuk pemahaman diri yang koheren melalui eksplorasi nilai, keyakinan, dan tujuan hidup (Crocetti, 2017). Proses pencarian identitas ini sangat dipengaruhi oleh konteks sosial, khususnya hubungan dengan keluarga dan teman sebaya. Studi menunjukkan bahwa pembentukan identitas memiliki kaitan erat dengan *subjective well-being*, penyesuaian sosial, dan kesehatan mental remaja (de Carvalho & Veiga, 2022). Karena itu, kualitas relasi interpersonal menjadi fondasi penting bagi perkembangan identitas dan kestabilan kesejahteraan psikologis remaja.

Seiring bertambahnya usia, remaja mengalami pergeseran fokus dukungan sosial dari orang tua ke teman sebaya. Nguyen et al. (2024) menemukan bahwa 94,6% remaja dari jumlah keseluruhan responden dalam penelitiannya menyatakan bahwa mereka secara rutin menyalurkan perasaan dan memperoleh dukungan dari teman, menandakan peran penting pertemanan dalam pembentukan identitas, nilai pribadi, dan rasa aman emosional. Meski demikian, keluarga tetap menjadi sumber kasih sayang dan stabilitas psikologis yang tak tergantikan; 66% remaja menerima dukungan emosional dari keluarga dan 91% mendapat dukungan akademik (Nguyen et al., 2024). Miljkovitch et al. (2021) juga menegaskan bahwa keterikatan aman dengan orang tua berdampak jangka panjang terhadap

kemampuan remaja membangun relasi sehat di masa dewasa.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya berperan penting dalam kesejahteraan remaja. Baytemir (2016) menemukan bahwa keterikatan dengan orang tua dan teman sebaya sama-sama berpengaruh terhadap *subjective well-being* melalui mediasi parsial kompetensi interpersonal, menandakan bahwa hubungan sosial positif tidak hanya meningkatkan kebahagiaan, tetapi juga memperkuat keterampilan sosial yang menopang kesejahteraan emosional. Sementara itu, McMahon et al. (2020) menunjukkan bahwa kualitas hubungan dengan orang tua dan teman sebaya memediasi dampak peristiwa hidup penuh tekanan terhadap kesejahteraan psikologis, dengan variasi pengaruh berdasarkan gender. Namun, kedua studi ini belum sepenuhnya menggambarkan bagaimana kedua relasi tersebut bekerja secara bersamaan dan saling melengkapi dalam membentuk kebahagiaan remaja.

Tinjauan sistematis Delgado et al. (2022) juga menegaskan bahwa keterikatan aman dengan orang tua berperan penting dalam terbentuknya hubungan pertemanan yang sehat dan suportif di masa remaja. Hasil serupa diperkuat oleh Izzo et al. (2022) yang menemukan bahwa fungsi keluarga meliputi kohesi, komunikasi efektif, dan kepuasan terhadap kehidupan keluarga berkorelasi positif dengan kebahagiaan remaja. Sebaliknya, konflik antara orang tua dan anak berhubungan dengan rendahnya afek positif dan kepuasan hidup. Meski demikian, kedua studi tersebut lebih menekankan peran keluarga, tanpa mengulas secara mendalam interaksi sinergis antara dukungan keluarga dan teman sebaya dalam pembentukan kebahagiaan remaja.

Kesenjangan inilah yang menjadi dasar penelitian ini. Belum banyak kajian sistematis yang secara eksplisit mengidentifikasi bagaimana relasi orang tua dan teman sebaya saling berkontribusi dan berinteraksi dalam memengaruhi kebahagiaan remaja. Padahal, memahami sinergi antara kedua relasi tersebut penting untuk melihat keseimbangan antara kelekatan keluarga dan dukungan sosial teman sebaya, terutama pada masa remaja yang ditandai oleh perubahan identitas dan pergeseran sumber dukungan emosional. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk meninjau secara sistematis hasil-hasil studi empiris yang membahas hubungan antara kedua relasi sosial utama tersebut dengan kebahagiaan remaja.

Secara khusus, penelitian ini bertujuan memahami bagaimana sinergi antara relasi orang tua dan teman sebaya berkontribusi terhadap kesejahteraan subjektif remaja berdasarkan bukti empiris yang telah ada. Kajian ini diharapkan memberikan pemahaman komprehensif mengenai peran relasional dalam kebahagiaan remaja serta menjadi dasar bagi pengembangan intervensi berbasis relasi sosial yang kontekstual dan berkelanjutan. Secara praktis, hasil penelitian ini juga diharapkan menjadi acuan bagi guru, konselor, dan orang tua dalam merancang strategi dukungan sosial-emosional yang seimbang untuk meningkatkan kebahagiaan remaja di sekolah maupun keluarga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis temuan empiris terkait peran relasi orang tua dan teman sebaya terhadap kebahagiaan remaja. Metode ini dipilih karena mampu menjawab pertanyaan penelitian secara terstruktur dan berbasis bukti ilmiah, sekaligus meminimalkan bias seleksi dan interpretasi (Lame, 2019). Berbeda dengan tinjauan naratif, SLR menuntut proses pencarian yang sistematis, kriteria seleksi yang eksplisit, serta evaluasi kritis terhadap kualitas studi agar hasilnya transparan, valid, dan dapat direplikasi (Nightingale, 2009).

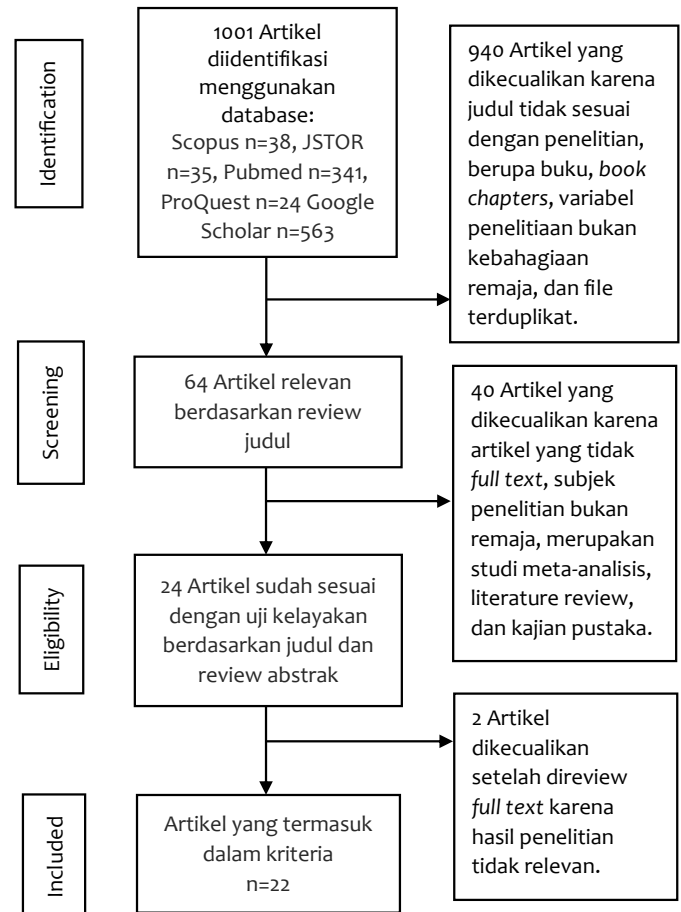
Pencarian artikel dilakukan melalui beberapa basis data utama, yaitu Scopus, JSTOR, PubMed, ProQuest, dan Google Scholar, dengan periode publikasi antara tahun 2016 hingga 2025. Kata kunci dalam bahasa Inggris yang digunakan dalam pencarian meliputi: ("adolescent subjective well-being" OR "adolescent happiness" OR "adolescent life satisfaction") AND ("peer relationship" OR "friendship quality" OR "peer support") AND ("parent-child relationship" OR "parental attachment" OR "family connectedness"). Selain itu, pencarian dalam bahasa Indonesia dilakukan dengan menggunakan padanan kata kunci seperti: ("Kebahagiaan remaja" ATAU "Kesejahteraan subjektif remaja" ATAU "Kepuasan hidup remaja") DAN ("Hubungan teman sebaya" ATAU "Kualitas persahabatan" ATAU "Dukungan teman sebaya") DAN ("Hubungan orang tua-anak" ATAU "Kelekatan orang tua" ATAU "Keterhubungan keluarga").

Kriteria inklusi mencakup: (1) artikel empiris dengan desain kuantitatif, kualitatif, atau *mixed methods*; (2) partisipan remaja berusia 10–18 tahun; (3) fokus penelitian pada hubungan orang tua dan/atau teman sebaya dengan kebahagiaan atau *subjective well-being*; (4) publikasi berbahasa Indonesia atau Inggris; serta (5) diterbitkan di jurnal bereputasi atau melalui proses *peer-review*. Sementara itu, artikel dikeluarkan apabila: (1) bersifat teoritis atau non-empiris; (2) melibatkan subjek non-remaja (<10 tahun atau >19 tahun); (3) tidak mengukur kebahagiaan; atau (4) berfokus pada gangguan klinis berat maupun hubungan romantis.

Proses seleksi literatur dalam penelitian ini mengikuti protokol PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), yang meliputi empat tahapan utama: identifikasi, penyaringan, penilaian kelayakan, dan inklusi. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara naratif-komparatif untuk menemukan pola kontribusi relasi orang tua dan teman sebaya terhadap kebahagiaan remaja. Selanjutnya, sintesis tematik dilakukan guna menggambarkan bagaimana masing-masing relasi sosial memengaruhi kebahagiaan, baik secara langsung maupun melalui peran variabel mediasi.

Proses penyaringan awal dari total 1001 artikel, sebanyak 940 artikel dikecualikan karena judul tidak relevan dengan fokus penelitian, dokumen bukan artikel ilmiah (misalnya buku atau bab buku), serta adanya duplikasi antar basis data. Setelah proses ini, 64 artikel tetap disertakan

untuk ditelaah lebih lanjut pada tahap berikutnya. Pada tahap penyaringan berdasarkan abstrak dan ketersediaan dokumen penuh, sebanyak 40 artikel kembali dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi. Dengan demikian, 24 artikel dinyatakan memenuhi kelayakan awal berdasarkan tinjauan judul dan abstrak. Selanjutnya, peneliti melakukan telaah mendalam terhadap teks lengkap dari 24 artikel tersebut untuk menilai secara lebih mendalam kesesuaian dengan fokus dan kriteria inklusi penelitian. Hasil dari tahap ini menunjukkan bahwa 22 artikel memenuhi seluruh kriteria inklusi dan layak dianalisis lebih lanjut dalam sintesis sistematis. Proses identifikasi dan seleksi artikel digambarkan secara rinci pada model PRISMA berikut.



Gambar 1. Model PRISMA

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil kajian sistematis terhadap 22 artikel, sebagian besar artikel berasal dari jurnal yang terindeks Scopus (Q1–Q2) dan Web of Science (SSCI) yaitu sebanyak 59%. Artikel yang hanya terindeks Web of Science (SSCI) berjumlah 4%. Sementara itu, sebanyak 23% artikel berasal dari jurnal nasional terakreditasi SINTA (peringkat 2–4), dan 14% lainnya diterbitkan pada jurnal internasional *peer-review* yang belum terindeks Scopus maupun Web of Science. Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian mengenai topik yang dikaji telah dipublikasikan pada jurnal bereputasi internasional, meskipun kontribusi dari jurnal

nasional terakreditasi dan jurnal peer-review internasional non-indeks tetap memberikan perspektif kontekstual yang penting. Distribusi artikel berdasarkan indeks jurnal disajikan dalam diagram dibawah ini.

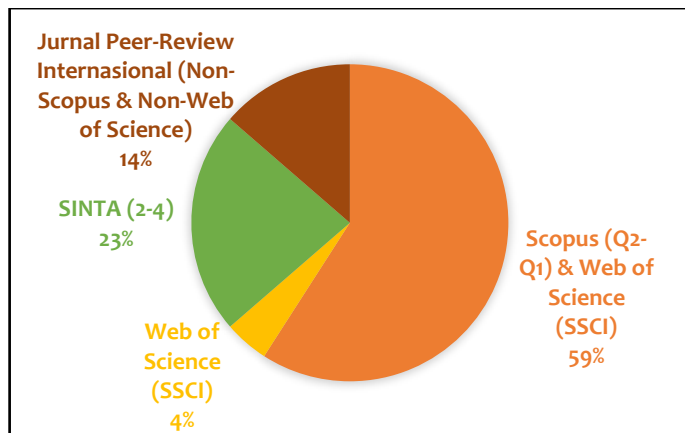


Diagram 1. Distribusi Artikel Berdasarkan Indeks Jurnal

Berdasarkan jumlah sitasi, sebagian besar artikel berada pada rentang sitasi 11–50 dan 51–100 sitasi, masing-masing sebanyak 6 artikel. Artikel dengan sitasi rendah (0–10 sitasi) berjumlah 5 artikel, yang umumnya merupakan publikasi terbaru. Sementara itu, terdapat 5 artikel dengan sitasi tinggi, terdiri dari 2 artikel pada rentang 101–300 sitasi dan 3 artikel dengan lebih dari 300 sitasi. Temuan ini menunjukkan bahwa kajian yang direview mencakup artikel dengan tingkat pengaruh ilmiah yang bervariasi, mulai dari artikel terkini hingga artikel yang telah banyak dirujuk. Keberagaman jumlah sitasi ini juga menunjukkan bahwa penelitian terkait topik ini telah berkembang secara berkelanjutan, dengan kombinasi antara penelitian klasik yang menjadi rujukan utama dan penelitian terbaru yang memperkaya perspektif kontemporer. Distribusi artikel berdasarkan jumlah sitasi disajikan dalam diagram berikut.

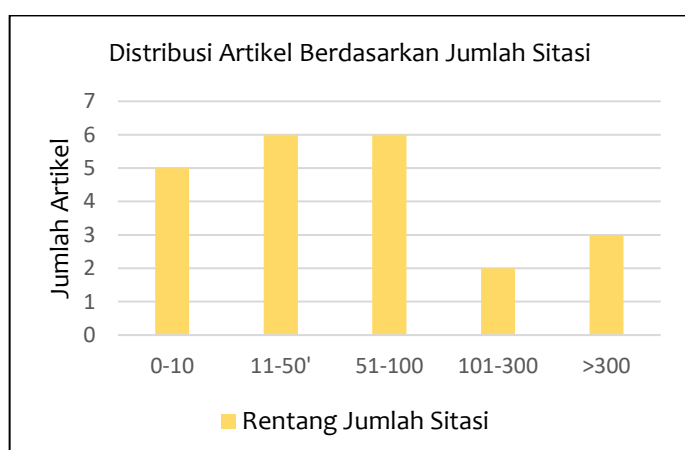


Diagram 2. Distribusi Artikel Berdasarkan Jumlah Sitasi (Google Scholar)

Berdasarkan metode penelitian, sebagian besar artikel yang direview menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental dengan desain korelasional cross-sectional, yaitu sebanyak 17 artikel (77,3%). Selain itu, terdapat 2 artikel

(9,1%) yang menggunakan desain longitudinal, serta 2 artikel (9,1%) yang menerapkan pendekatan daily diary atau intensive longitudinal dengan pengukuran berulang dalam jangka waktu pendek. Hanya satu artikel (4,5%) yang menggunakan pendekatan mixed-method. Temuan ini menunjukkan bahwa penelitian mengenai topik yang dikaji didominasi oleh desain cross-sectional, dengan jumlah penelitian longitudinal dan metode intensif yang relatif terbatas. Dominasi desain cross-sectional menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian masih berfokus pada pemetaan hubungan antar variabel. Sementara itu, studi longitudinal dan daily diary yang memungkinkan pemahaman dinamika relasional dari waktu ke waktu masih relatif terbatas. Hasil penelitian untuk distribusi artikel berdasarkan metode penelitian disajikan dalam diagram berikut.

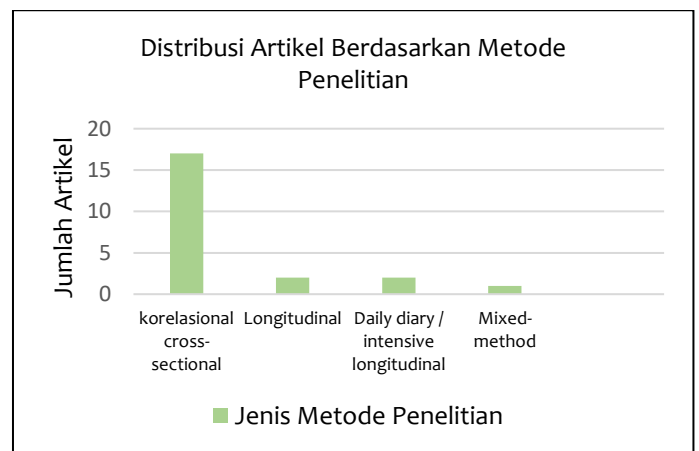


Diagram 3. Distribusi Artikel Berdasarkan Metode Penelitian

Sebanyak 22 artikel ilmiah terpilih melalui proses seleksi sistematis dalam *systematic literature review* ini yang seluruhnya memenuhi kriteria inklusi. Studi-studi tersebut mencakup berbagai konteks budaya dan populasi, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental. Fokus yang dikaji meliputi dimensi *well-being* seperti kepuasan hidup, afek positif-negatif, serta kebahagiaan harian, dan beragam bentuk relasi seperti kelekatan dengan ayah dan ibu serta hubungan teman sebaya. Ringkasan karakteristik dan temuan utama dari tiap studi disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Analisis Penelitian Empiris tentang Relasi Orang Tua dan Teman Sebaya terhadap Kebahagiaan Remaja

No.	Judul/Penulis/Tahun	Metode dan Sampel	Fokus Relasi	Outcome	Temuan Empiris
1.	<i>Children's Relationships and Happiness: The Role of Family, Friends and the School in Four European Countries</i> (Mínguez, 2020)	Kuantitatif 4812 remaja dari empat negara Eropa yaitu Spanyol, Jerman, Inggris, dan Norwegia.	<i>Family relationship, Friends relationship, dan School life.</i>	<i>Subjective Well-Being</i>	Hubungan sosial dengan keluarga, teman, dan sekolah merupakan prediktor signifikan dari <i>subjective well-being</i> (SWB) remaja, di mana perhatian dan waktu yang diberikan orang tua, tinggal bersama kedua orang tua, serta frekuensi interaksi positif dengan teman berhubungan positif dengan SWB.
2.	<i>School, Peer and Family Relationships and Adolescent Substance Use, Subjective Wellbeing and Mental Health Symptoms in Wales: a Cross Sectional Study</i> (Moore et al., 2018)	Kuantitatif 9055 remaja di Wales	Relasi Keluarga (Komunikasi dan Dukungan), Dukungan dari Teman (<i>Support from friends</i>), dan Koneksi dengan Teman di Sekolah.	<i>Subjective Wellbeing</i>	Dukungan keluarga secara konsisten memprediksi SWB dan kesehatan mental yang lebih baik. Dukungan teman sebaya bersifat adaptif hanya ketika dukungan keluarga tinggi, namun dapat meningkatkan risiko masalah mental ketika dukungan keluarga rendah. Dukungan guru/staf sekolah berperan sebagai faktor pelindung tambahan.
3.	Hubungan antara Kelekatan pada Orang Tua dan Teman Terhadap <i>Subjective Well-being</i> Remaja yang Ditinggalkan Orang Tua Bekerja Sebagai Pekerja Migran (Raissachelva & Handayani, 2020)	Kuantitatif 42 remaja di Karawang, Indonesia	Kelekatan pada Orang Tua (<i>Parent Attachment</i> — dipisah: Ayah dan Ibu) dan Kelekatan pada Teman Sebaya (<i>Peer Attachment</i>).	<i>Subjective Well-being</i>	Kelekatan dengan ayah paling kuat memengaruhi SWB secara keseluruhan; kelekatan dengan ibu meningkatkan afek positif; dan kelekatan dengan teman sebaya mendukung kebahagiaan sesuai tahap perkembangan. Hubungan aman dengan ayah, ibu, dan teman bersama-sama membentuk kebahagiaan remaja secara menyeluruh.
4.	<i>The Mediation of Interpersonal Competence in the Relationship between Parent and Peer Attachment and Subjective Well-Being in Adolescence</i> (Baytemir, 2016)	Kuantitatif 462 remaja di Turki	Kelekatan pada Orang Tua (<i>Parent Attachment</i>) dan Kelekatan pada Teman Sebaya (<i>Peer Attachment</i>)	<i>Subjective Well-Being</i>	Kompetensi interpersonal memediasi sebagian hubungan kelekatan dengan orang tua dan teman sebaya terhadap SWB melalui kemampuan memulai relasi, menegaskan pengaruh, dan menyelesaikan konflik. Pola hubungan ini tidak berbeda menurut gender, namun kompetensi interpersonal hanya signifikan memengaruhi SWB pada remaja putra.
5.	<i>The Contributing Role of Family, School, and Peer Supportive Relationships in Protecting the Mental Wellbeing of Children and Adolescents</i> (Butler et al., 2022)	Kuantitatif Sampel terdiri dari 2.074 anak dan remaja berusia 8–15 tahun di Inggris (UK)	Dukungan orang dewasa di keluarga, Dukungan orang dewasa di sekolah/Guru, dan Dukungan teman sebaya di sekolah	Kesejahteraan Mental (<i>Mental Wellbeing</i>)	Mengonfirmasi adanya efek perlindungan kumulatif (<i>cumulative protective effect</i>), meskipun dukungan keluarga adalah pondasi utama, namun dukungan dari lingkungan sekolah yaitu guru dan teman sebaya menjadi faktor pelindung krusial bagi remaja yang memiliki dukungan keluarga rendah.
6.	<i>The interplay of friends and parents in adolescents' daily lives: Towards a</i>	Kuantitatif 119 remaja di Amerika Serikat	Dukungan yang Dipersepsikan dari Teman (<i>Perceived Friend Support</i>)	Kesejahteraan Remaja (diukur sebagai Kebahagiaan)	Dukungan harian dari orang tua dan teman secara independen meningkatkan kebahagiaan dan keterhubungan remaja. Dukungan

	dynamic view of social support (Schacter & Margolin, 2019)		dan Dukungan yang Dipersepsikan dari Orang Tua (<i>Perceived Parent Support</i>)	Harian (<i>Daily Happiness</i>) dan Keterhubungan Sosial Harian (<i>Daily Social Connectedness</i>))	orang tua yang stabil berfungsi sebagai faktor pelindung yang mengompensasi rendahnya dukungan teman dan menjadi 'jaring pengaman' yang menjaga kesejahteraan remaja saat dukungan sosial berfluktuasi.
7.	<i>Stressful life events and adolescent well-being: The role of parent and peer relationships</i> (McMahon et al., 2020)	Kuantitatif 7525 remaja di Irlandia	Kualitas Hubungan Orang Tua (<i>Parent Relationship Quality</i> diwakili oleh Ibu) dan Kualitas Hubungan Teman Sebaya (<i>Peer Relationship Quality</i>).	<i>Adolescent well-being</i>	Kualitas hubungan dengan ibu dan teman sebaya memediasi dampak negatif stres terhadap PWB. Pada remaja putri, stres menurunkan kualitas relasi dengan teman yang kemudian menurunkan PWB, sementara pada remaja putra hubungan stres-PWB tidak signifikan meski kualitas relasi tetap berkorelasi positif dengan kesejahteraan.
8.	<i>The role of parental and peer attachment relationships and school connectedness in predicting adolescent mental health outcomes</i> (Oldfield et al., 2016)	Kuantitatif 203 remaja di Inggris	Kelekatan Orang Tua (<i>Parental Attachment</i>), Kelekatan Teman Sebaya (<i>Peer Attachment</i>), dan Koneksi Sekolah (<i>School Connectedness</i>).	Hasil Kesehatan Mental (<i>Mental Health Outcomes</i>)	Kelekatan dengan orang tua menjadi prediktor terkuat dalam menurunkan masalah perilaku dan gejala emosional, sementara kelekatan dengan teman dan koneksi sekolah kehilangan signifikansinya ketika faktor keluarga diperhitungkan. Namun, hubungan teman dan dukungan sekolah tetap penting bagi perilaku prososial, dan kelekatan dengan orang tua berpengaruh tidak langsung melalui kedua hubungan tersebut. Kurangnya kelekatan dengan orang tua tidak dapat digantikan oleh relasi pertemanan.
9.	<i>The most salient global predictors of adolescents' subjective Well-Being: parental support, peer support, and anxiety</i> (Wu & Lee, 2022)	kuantitatif 365.716 remaja dari 47 negara (dikelompokkan menjadi 8 wilayah budaya global/GLOBE).	Dukungan Orang Tua (<i>Parent Support</i>), Dukungan Teman Sebaya (<i>Peer Support</i>), dan Dukungan Guru.	<i>Subjective Well-Being</i>	Hierarki dukungan bervariasi menurut budaya: dukungan orang tua menjadi prediktor utama SWB di Amerika Latin dan Eropa Timur, sedangkan dukungan teman lebih dominan di kawasan Anglo dan Nordik. Dalam budaya individualistik, dukungan orang tua menahan dampak rendahnya dukungan teman, sementara dalam budaya kolektivistik dukungan teman dapat mengompensasi kurangnya dukungan orang tua.
10.	<i>Happy Helpers: A Multidimensional and Mixed-Method Approach to Prosocial Behavior and Its Effects on Friendship Quality, Mental Health, and Well-Being During Adolescence</i> (Son & Padilla-Walker, 2020)	Kuantitatif 470 remaja di Amerika Serikat	Relasi Teman Sebaya (<i>Friendship Quality</i>) dan Perilaku Prososial (<i>Prosocial Behavior</i>)	Kesejahteraan (<i>Well-being</i>) dan Kesehatan mental	Perilaku prososial terhadap teman meningkatkan kesejahteraan remaja dengan memperkuat <i>life satisfaction</i> , sebagian dimediasi oleh kualitas pertemanan. Terdapat perbedaan gender: dukungan emosional lebih berpengaruh pada remaja putri, sedangkan prososialitas global lebih berperan pada remaja putra, menunjukkan kontribusi langsung perilaku prososial terhadap kebahagiaan remaja.
11.	<i>The Moderating Role of Leisure Satisfaction in the Effect of Peer</i>	Kuantitatif 529 remaja di Turki	Relasi Teman Sebaya	<i>Happiness Levels</i>	Hubungan dengan teman sebaya dan kepuasan waktu luang sama-sama meningkatkan kebahagiaan remaja,

	Relationships on Happiness in Adolescents (Yalcin et al., 2025)				menjelaskan 17% varians. Kepuasan waktu luang memoderasi hubungan tersebut: efek positif relasi pertemanan terhadap kebahagiaan lebih kuat ketika kepuasan waktu luang tinggi, menunjukkan bahwa aktivitas waktu luang memperkuat manfaat sosial pada remaja.
12.	Hubungan Antara Persahabatan dan Kecerdasan Emosi dengan Kepuasan Hidup Remaja (Dariyo, 2018)	Kuantitatif 235 remaja di Indonesia	Persahabatan (Friendship)	Kepuasan Hidup Remaja (Life Satisfaction). Kecerdasan Emosi (Emotion Intelligence).	Kualitas persahabatan berhubungan positif dengan kepuasan hidup remaja; hubungan yang baik meningkatkan rasa bahagia dan berharga. Kecerdasan emosi turut memperkuat kesejahteraan dengan membantu remaja mengelola emosi, membangun relasi sehat, dan mencapai kepuasan hidup lebih tinggi.
13.	Peran Dukungan Sosial dan Interaksi Ibu-Anak dalam Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Remaja Pada Keluarga Orang Tua Bekerja (Wijayanti et al., 2020)	Kuantitatif 120 remaja di Depok, Indonesia	Interaksi Ibu-Anak (Mother-Child Interaction) dan Dukungan Sosial (Social Support)	Kesejahteraan Subjektif Remaja	Dukungan informasi merupakan bentuk dukungan sosial yang paling berpengaruh terhadap SWB, sementara fungsi teman menunjukkan tingkat SWB tertinggi. Interaksi positif ibu-anak serta dukungan sosial secara umum berkontribusi langsung meningkatkan SWB, dengan fungsi teman dan keluarga sebagai dimensi utama, tanpa perbedaan gender yang signifikan.
14.	Association between Mother-Adolescent Relationship Quality and Subjective well-being: Resilience Resources as a Mediating factor among Hong Kong Chinese Adolescents (Qu et al., 2021)	Kuantitatif 133 remaja dari Hongkong, Cina	Mother-Adolescent Relationship Quality	Subjective Well-being / SWB). Mediator: Sumber Daya Resiliensi Remaja (Adolescent Resilience Resources)	Kualitas hubungan ibu-remaja dan resiliensi secara independen meningkatkan SWB, dengan resiliensi memediasi pengaruh hubungan ibu satu tahun kemudian.
15.	Adolescents' Subjective Well-Being: The Unique Contribution of Fathers (Walsh et al., 2024)	Kuantitatif 2509 remaja dari Future of Families and Child Well-being Study (FFCWBS) di Amerika Serikat.	Kualitas Hubungan Ayah-Remaja (Father-Adolescent Relationship Quality)	Adolescent Subjective Well-being	Kualitas hubungan ayah-remaja berpengaruh signifikan terhadap ketekunan, keterhubungan, dan kebahagiaan, bahkan setelah dikontrol oleh faktor demografis, hubungan dengan ibu, dan koneksi sekolah. Meski hubungan dengan ibu dan dukungan sekolah juga berkorelasi positif dengan SWB, peran ayah tetap independen dan sama pentingnya bagi kesejahteraan remaja.
16.	How Parent-Parent Relationships, Parent-Child Relationships and the Interactions Among Them Affect Teenagers' Happiness (Shi, 2025)	Kuantitatif 32 remaja di Kanada	Relasi Orang Tua-Anak (Parent-Child Relationship/HPInd) dan Relasi Orang Tua-Orang Tua (Parent-Parent Relationship/PRS)	Kebahagiaan Remaja	Relasi orang tua-anak (HPInd) dan relasi antar-orang tua (PRS) secara independen dan aditif memengaruhi kebahagiaan remaja, dengan HPInd menunjukkan pengaruh lebih kuat. Keduanya menjadi prediktor positif kebahagiaan keluarga, dan PRS yang

					buruk berkaitan dengan lemahnya hubungan orang tua-anak.
17.	<i>Day-to-day changes in parent-adolescent connectedness: Relations with daily subjective well-being and eudaimonia differ for parents and adolescents</i> (Fosco et al., 2021)	151 orang tua-remaja di Pennsylvania, AS.	<i>Parent-Adolescent Connectedness</i>	<i>Daily Subjective Well-being</i>	Keterhubungan orang tua merupakan indikator terkuat SWB, sedangkan keterhubungan yang dirasakan remaja lebih berpengaruh pada dimensi eudaimonik seperti makna hidup. Kebahagiaan lebih dipengaruhi dukungan orang tua, sementara makna hidup ditopang rasa otonomi.
18.	<i>Parent-Child Relationships and Adolescents' Life Satisfaction Across the First Decade of the New Millennium</i> (Jiménez-Iglesias et al., 2017)	Kuantitatif 46.593 remaja di Spanyol	Relasi Orang Tua-Anak	<i>Life Satisfaction</i>	Kasih sayang, komunikasi, dan aktivitas keluarga meningkatkan kepuasan hidup remaja, dengan kontribusi keluarga meningkat dari 2002–2010. Keterlibatan ayah dalam komunikasi dan kegiatan keluarga turut meningkat, sementara hubungan dengan ibu tetap stabil dan lebih tinggi.
19.	<i>Parental Involvement and Life Satisfaction in Early Adolescence</i> (Salgado et al., 2021)	Kuantitatif 497 remaja di Chili	Keterlibatan Orang Tua (<i>Parental Involvement</i>), diukur terpisah: <i>Maternal Involvement</i> dan <i>Paternal Involvement</i> (berdasarkan persepsi remaja)	Kepuasan Hidup Remaja (<i>Adolescents' Life Satisfaction</i>)	Struktur keluarga tidak berpengaruh signifikan terhadap kepuasan hidup, sementara keterlibatan ayah dan ibu berhubungan positif dengan kepuasan hidup remaja. Efek keterlibatan ibu lebih kuat pada remaja putri, sedangkan keterlibatan ayah signifikan bagi keduanya. Iklim sekolah juga menjadi prediktor positif terkuat, menegaskan pentingnya sinergi antara keluarga dan sekolah bagi kesejahteraan remaja.
20.	<i>Pengaruh Family Support Terhadap Kebahagiaan Pada Remaja Akhir Di Kota Medan</i> (Zega & Simarmata, 2025)	Kuantitatif 347 remaja di Medan, Indonesia	Dukungan Keluarga (<i>Family Support</i>)	Kebahagiaan remaja	Dukungan keluarga berpengaruh positif terhadap kebahagiaan remaja akhir, terutama melalui hubungan positif dan optimisme realistis. Relasi keluarga yang hangat menjadi pilar utama kebahagiaan, dan remaja dari budaya kolektivistik seperti suku Batak cenderung lebih bahagia karena kuatnya ikatan keluarga.
21.	<i>Peran Gender Orang Tua-Remaja dalam Fungsi Keluarga dan Kesejahteraan Subjektif Remaja</i> (Puspitawati et al., 2021)	Kuantitatif 277 remaja di kota Bogor, Indonesia	Peran Gender Orang Tua-Remaja dalam Fungsi Keluarga	Kesejahteraan Subjektif Remaja	Peran gender orang tua-remaja berpengaruh positif terhadap SWB; keseimbangan dan intensitas peran meningkatkan kebahagiaan. Remaja perempuan menunjukkan fungsi keluarga lebih baik, sedangkan remaja laki-laki memiliki SWB lebih tinggi.
22.	<i>I Feel Good at Home and with Myself: How Does Dyadic Companionship Within the Family Affect Adolescents' Well-Being?</i> (Alfieri et al., 2016)	Kuantitatif Ayah Ibu Remaja total 354 dari Italia Utara	<i>Companionship Dyadic</i> pada tiga tingkat: Ibu-Remaja, Ayah-Remaja, dan Ayah-Ibu (<i>Marital Relationship</i>).	<i>Adolescents' Well-being</i> pada dua tingkat: <i>Life Satisfaction</i> dan <i>Family Satisfaction</i> .	Kekompakan ayah-remaja menjadi prediktor terkuat kepuasan hidup, menegaskan pentingnya peran ayah dalam kesejahteraan remaja. Kekompakan dengan ibu berpengaruh pada kepuasan keluarga, sementara hubungan ayah-ibu tidak berdampak langsung namun berkaitan dengan kualitas relasi orang tua-remaja.

PEMBAHASAN

Tinjauan ini menegaskan bahwa kebahagiaan remaja terbentuk melalui interaksi dinamis antara dua sumber relasi utama, yakni keluarga terutama hubungan dengan orang tua dan teman sebaya. Kedua relasi ini memiliki kontribusi yang berbeda namun saling melengkapi dalam membentuk kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*), baik dalam jangka panjang maupun dalam pengalaman harian remaja. Untuk menggambarkan pola hubungan tersebut secara lebih komprehensif, pembahasan disusun ke dalam lima tema utama sebagai berikut:

Peran Sentral Keluarga dalam Kebahagiaan Remaja

Kualitas hubungan dengan orang tua merupakan prediktor paling kuat bagi kepuasan hidup remaja, berfungsi sebagai fondasi stabilitas emosional. Dukungan keluarga memiliki kontribusi paling konsisten terhadap SWB remaja, yang didasari oleh kasih sayang, komunikasi terbuka, dan keterlibatan aktif orang tua (Jiménez-Iglesias et al., 2017). Bahkan, Salgado et al. (2021) menunjukkan bahwa perbedaan antara keluarga utuh dan tunggal tidak signifikan terhadap kebahagiaan remaja selama kualitas keterlibatan orang tua terjaga. Hal ini menegaskan bahwa kualitas hubungan jauh lebih penting daripada struktur keluarga. Dengan demikian, keluarga berfungsi sebagai sumber makna dan stabilitas psikologis yang melampaui aspek strukturalnya.

Kelekatan aman dengan orang tua bertindak sebagai jaring pengaman emosional yang melindungi remaja dari gangguan perilaku dan gejala emosional (Oldfield et al., 2016). Relasi keluarga yang positif membuat pengaruh teman sebaya menjadi lebih adaptif. Bahkan, dukungan teman sebaya dapat meningkatkan risiko masalah mental dan penggunaan zat pada remaja dengan dukungan keluarga yang rendah (Moore et al., 2018). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Khostarina (2025) bahwa tekanan dari kelompok sebaya dapat mendorong meningkatnya kemungkinan remaja terlibat dalam perilaku *cybercrime*, terutama ketika kecerdasan emosional mereka berada pada tingkat yang rendah. Peningkatan dukungan harian dari orang tua secara independen meningkatkan kebahagiaan dan keterhubungan sosial remaja (Schacter & Margolin, 2019). Sehingga, dapat dikatakan bahwa dukungan orang tua yang stabil berfungsi sebagai faktor pelindung yang mampu mengompensasi kekurangan dukungan teman dan memoderasi efek negatif stres sosial.

Kuantitas waktu kebersamaan berkontribusi penting pada kebahagiaan remaja dimana semakin banyak waktu yang dihabiskan remaja bersama orang tua, semakin tinggi tingkat kebahagiaan mereka (Mínguez, 2020). Selain itu, hubungan antar-orang tua yang buruk berkorelasi dengan lemahnya hubungan orang tua-anak, yang pada akhirnya menurunkan kepuasan hidup remaja (Shi, 2025). Kedua relasi ini, baik hubungan antar-orang tua maupun hubungan orang tua-anak, membentuk

lingkungan rumah yang harmonis. Kualitas kelekatan keluarga juga memengaruhi kemampuan interpersonal remaja, yang selanjutnya akan meningkatkan kebahagiaan remaja (Baytemir, 2016). Dengan demikian, kesejahteraan remaja dibentuk tidak hanya oleh hubungan diadik orang tua-anak, tetapi juga oleh kualitas hubungan antarsistem dalam keluarga, di mana keharmonisan antar-orang tua memperkuat relasi anak.

Dalam konteks peran orang tua, ayah dan ibu menunjukkan kontribusi fungsional yang berbeda namun saling melengkapi. Kekompakan ayah-remaja adalah prediktor paling kuat bagi kepuasan hidup individu dan keluarga, menekankan peran ayah dalam membentuk makna diri (Alfieri et al., 2016). Sementara itu, kekompakan dengan ibu lebih berpengaruh pada kepuasan keluarga dan dukungan emosional harian. Selain pengaruh terhadap dimensi positif (*well-being*), keterlibatan ayah juga berfungsi sebagai faktor protektif terhadap hasil psikologis negatif. Penelitian terbaru (Putri & Widyorini, 2025) menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memiliki pengaruh negatif signifikan terhadap kecemasan remaja, menekankan fungsinya dalam memberikan dukungan emosional, rasa aman, serta menjadi *role model*. Meskipun hubungan antar ayah-ibu tidak berhubungan langsung dengan kebahagiaan remaja, relasi ini berkorelasi erat dengan kualitas hubungan orang tua-anak, menciptakan efek sinergis di mana keharmonisan keluarga secara keseluruhan meningkatkan kebahagiaan pribadi remaja (Alfieri et al., 2016). Perbedaan peran ini menunjukkan bahwa fungsi keluarga dalam kebahagiaan remaja bersifat komplementer dan sistemik, dengan ayah dan ibu memberikan jenis dukungan emosional yang berbeda namun saling menguatkan.

Lebih lanjut, keterhubungan orang tua menjadi indikator paling kuat bagi SWB pada kedua pihak (orang tua dan anak), sedangkan keterhubungan remaja lebih terkait dengan kebahagiaan eudaimonik (EUD) seperti makna dan tujuan hidup (Fosco et al., 2021). Dengan demikian, kebahagiaan hedonik remaja terutama berakar pada rasa diterima dan diperhatikan oleh orang tua, sedangkan kebahagiaan eudaimonik tumbuh melalui otonomi dan kebebasan eksplorasi yang diberikan dalam hubungan tersebut. Hal ini menandakan bahwa kebahagiaan remaja tidak hanya bersumber dari kelekatan emosional, tetapi juga dari ruang otonomi yang diberikan dalam konteks hubungan keluarga.

Selain efek langsung, relasi keluarga juga memengaruhi kebahagiaan melalui mekanisme berjenjang (*cascading effect*) yang membangun sumber daya internal remaja. Relasi yang suportif memperkuat resiliensi, yang menjadi mediator penting antara kualitas hubungan ibu-remaja dan kebahagiaan (Qu et al., 2021). Hubungan ibu yang perhatian membantu remaja mengembangkan kemampuan bangkit dari kesulitan, yang meningkatkan kesejahteraan berkelanjutan (Walsh et al., 2024). Dengan demikian, keluarga adalah agen pembentuk kekuatan psikologis internal, menyediakan fondasi ganda yaitu stabilitas emosional melalui kelekatan yang aman dan

dinamika positif melalui keterlibatan harian (Fosco et al., 2021). Keluarga tidak hanya memprediksi kebahagiaan secara langsung, tetapi juga membangun aset psikologis (resiliensi, kemampuan interpersonal). Kebahagiaan remaja adalah hasil interaksi berlapis antara faktor relasional (dukungan/kelekatan) dan faktor internal (resiliensi/makna hidup) yang dipupuk dalam keluarga.

Meskipun keluarga sering dipandang sebagai *buffer* utama dalam model sinergi dan kompensasi, penting membedakan antara struktur keluarga dan kualitas relasi di dalamnya. Studi di Samarinda (Pribadi et al., 2025) menunjukkan bahwa meski mayoritas siswa berasal dari keluarga lengkap, perilaku *bullying* tetap tinggi, menandakan bahwa kelengkapan struktur tidak menjamin keharmonisan. Kualitas interaksi seperti komunikasi yang hangat dan minim konflik lebih menentukan daripada status pernikahan orang tua. Karena itu, faktor pelindung yang sesungguhnya bukan sekadar keutuhan keluarga, tetapi kualitas pola asuh, komunikasi, dan dukungan emosional.

Fungsi Teman Sebaya sebagai Sumber Afeksi Harian

Teman sebaya merupakan lingkungan proksimal kedua setelah keluarga yang berperan signifikan dalam pembentukan kesejahteraan subjektif remaja. Hubungan pertemanan memenuhi kebutuhan akan afiliasi dan penerimaan, berfungsi sebagai sarana utama untuk mengekspresikan emosi dan memperoleh dukungan di luar keluarga. Secara kuantitas, frekuensi interaksi positif dengan teman berkorelasi positif dengan SWB, di mana semakin banyak waktu bersama teman, semakin tinggi tingkat kebahagiaan remaja (Mínguez, 2020). Namun, dampak positif ini bersifat kontekstual dimana dukungan teman sebaya hanya berkorelasi positif dengan kebahagiaan dan kesehatan mental ketika dukungan keluarga juga tinggi (Moore et al., 2018). Hal ini menegaskan bahwa fungsi teman sebaya lebih bersifat pelengkap sebagai sumber afeksi harian, yang kinerjanya bergantung pada stabilitas fondasi dukungan keluarga.

Kelekatan dengan teman sebaya adalah bagian penting dari perkembangan psikososial remaja, membantu mencapai otonomi sosial dan identitas emosional. Hubungan pertemanan yang aman berkontribusi pada kebahagiaan yang menyeluruh, terutama bila disertai hubungan yang sehat dengan kedua orang tua (Raissachelva & Handayani, 2020). Dalam hal ini, dukungan teman sebaya terbukti secara independen berhubungan signifikan dengan kesejahteraan mental yang positif dan memberikan kontribusi perlindungan yang unik di luar dukungan orang dewasa (Butler et al., 2022). Selain itu, dukungan harian dari teman secara independen meningkatkan kebahagiaan dan keterhubungan sosial remaja (Schacter & Margolin, 2019).

Kualitas hubungan dengan teman sebaya berfungsi sebagai mekanisme adaptif terhadap stres dan tekanan psikologis. McMahon et al. (2020) menemukan bahwa kualitas relasi teman sebaya memediasi hubungan antara peristiwa penuh tekanan dan *psychological well-being*

(PWB). Efek ini sensitif terhadap gender: pada remaja putri, peristiwa stres menurunkan kualitas dukungan teman, yang kemudian menurunkan PWB; sebaliknya, pada remaja putra, hubungan antara stres dan PWB tidak signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa bagi remaja putri, relasi suportif adalah sumber *coping* emosional utama, sementara remaja putra mungkin bergantung pada konteks sosial yang lebih luas. Dengan demikian, fungsi afektif teman sebaya tidak homogen dan dipengaruhi oleh perbedaan gaya interaksi dan kebutuhan emosional antarjenis kelamin.

Hubungan teman sebaya memiliki kontribusi unik dalam pembentukan perilaku sosial positif. Oldfield et al. (2016) menemukan bahwa kelekatan dengan teman sebaya dan koneksi sekolah berkorelasi dengan peningkatan perilaku prososial (tolong-menolong, empati), meskipun efeknya menjadi tidak signifikan setelah kelekatan keluarga diperhitungkan. Meskipun demikian, hubungan orang tua yang hangat tetap memiliki pengaruh tidak langsung terhadap perilaku prososial melalui hubungan pertemanan dan konteks sekolah. Hasil ini menegaskan bahwa fungsi pertemanan adalah menyediakan laboratorium sosial bagi remaja untuk melatih kompetensi sosial dan menginternalisasi nilai-nilai sosial yang berakar pada afeksi keluarga.

Selain sebagai wadah sosialisasi, perilaku prososial dalam pertemanan juga terbukti secara langsung meningkatkan kebahagiaan remaja. Son & Padilla-Walker (2020) menemukan bahwa membantu teman menumbuhkan rasa berharga dan kegembiraan yang berkontribusi pada kepuasan hidup, dengan efek yang dimediasi oleh kualitas pertemanan. Dukungan emosional lebih berpengaruh pada remaja putri, sedangkan perilaku prososial umum lebih kuat pada remaja putra. Hal ini menunjukkan bahwa kebahagiaan remaja tumbuh melalui siklus saling memberi dan menerima dalam relasi sosial, di mana teman sebaya menjadi media aktualisasi nilai altruistik dan penguatan makna diri. Selain itu, kepuasan waktu luang turut memperkuat hubungan ini. Sebagaimana Yalcin et al. (2025) menemukan bahwa ketika kepuasan terhadap aktivitas waktu luang tinggi, efek positif relasi teman terhadap kebahagiaan meningkat signifikan. Dengan demikian, kesejahteraan remaja tidak hanya ditentukan oleh kualitas relasi, tetapi juga oleh konteks sosial dan aktivitas yang mendukung ekspresi afektif dan keterhubungan emosional.

Teman sebaya tidak hanya memberi dukungan emosional, tetapi juga menjadi lingkungan yang membentuk keterampilan psikologis remaja. Studi Kusuma & Widyorini (2025) menunjukkan bahwa kepuasan hidup remaja dipengaruhi oleh tingginya *self-esteem* yang dimediasi oleh kemampuan komunikasi dengan teman. Temuan ini menegaskan bahwa interaksi teman sebaya membantu membangun keterampilan sosial seperti penerimaan diri dan keterbukaan yang penting untuk meningkatkan kepuasan hidup remaja.

Kualitas persahabatan terbukti berhubungan positif dengan kepuasan hidup remaja, menunjukkan bahwa

hubungan yang hangat berperan sebagai sumber penerimaan dan validasi diri. Dariyo (2018) menjelaskan bahwa persahabatan memenuhi kebutuhan afiliasi sosial, sementara kecerdasan emosi membantu remaja mengelola konflik dan mempertahankan relasi yang sehat. Dengan demikian, fungsi teman sebaya mencerminkan keseimbangan antara afeksi eksternal seperti dukungan dan kesenangan bersama dan kapasitas internal berupa empati serta kemampuan beradaptasi. Teman sebaya menjadi sumber afeksi harian yang memperkuat kebahagiaan dan keterhubungan sosial, sekaligus wahana bagi remaja untuk menyalurkan emosi positif dan menemukan makna hidup melalui interaksi yang suportif. Namun, efek positif ini paling optimal bila berakar pada dukungan keluarga yang kuat.

Sinergi dan Kompensasi Antara Dua Relasi

Kebahagiaan remaja dibentuk oleh sinergi positif antara relasi keluarga dan teman sebaya, bukan hanya oleh kedua relasi tersebut secara terpisah. Moore et al. (2018) menemukan bahwa dukungan teman sebaya hanya berkorelasi positif dengan *subjective well-being* (SWB) ketika dukungan keluarga juga tinggi. Sebaliknya, dukungan teman pada remaja dengan dukungan keluarga rendah justru terkait dengan peningkatan risiko masalah mental dan perilaku maladaptif. Hasil ini menunjukkan bahwa relasi keluarga yang positif berfungsi sebagai konteks regulatif atau *emotional scaffolding* yang menstabilkan dan memungkinkan pengaruh teman sebaya menjadi konstruktif terhadap kesejahteraan remaja.

Sinergi antara relasi keluarga dan teman sebaya bersifat dinamis dalam kehidupan sehari-hari. Schacter & Margolin (2019) menjelaskan bahwa peningkatan dukungan harian dari teman maupun orang tua secara independen meningkatkan kebahagiaan dan keterhubungan sosial remaja. Namun, dukungan orang tua yang stabil berfungsi sebagai faktor pelindung melalui mekanisme kompensasi, di mana dukungan orang tua yang konsisten mampu menutup kesenjangan kesejahteraan akibat kurangnya dukungan teman sebaya. Dengan demikian, relasi keluarga berperan sebagai “jaring pengaman emosional” yang menjaga kestabilan afektif remaja, mengimbangi variabilitas hubungan teman sebaya yang lebih situasional.

Meskipun terdapat sinergi, fungsi kompensasi dukungan teman sebaya terhadap keluarga tidak bersifat mutlak. Oldfield et al. (2016) menemukan bahwa kelekatan orang tua berpengaruh tidak langsung terhadap perilaku prososial melalui hubungan teman sebaya, di mana kurangnya kelekatan orang tua tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh kelekatan teman. Hal ini dikarenakan fondasi emosional keluarga bersifat struktural dan jangka panjang sebagai sumber utama stabilitas identitas remaja.

Namun demikian, keterbatasan fungsi kompensasi tersebut dapat dioptimalkan melalui penguatan seluruh ekosistem sosial. Butler et al. (2022) menjelaskan adanya efek perlindungan kumulatif (*cumulative protective effect*) bagi remaja, di mana dukungan dari orang dewasa di

keluarga, guru, dan teman sebaya di sekolah secara independen berkontribusi pada kesejahteraan mental mereka. Pada akhirnya, kebahagiaan remaja dapat dipahami sebagai hasil dari interplay antara kestabilan afektif keluarga dan kehangatan sosial teman sebaya. Sinergi dari berbagai sumber ini menjadi kunci kesejahteraan subjektif yang berkelanjutan karena semakin banyak sumber dukungan yang dimiliki remaja, semakin rendah risiko mereka mengalami penurunan kesejahteraan mental.

Variasi Kontekstual Berdasarkan Budaya, Gender, dan Ekologi Sosial

Konteks budaya terbukti membentuk pola dukungan sosial dan struktur kesejahteraan remaja secara signifikan. Wu & Lee (2022) menemukan hierarki dukungan yang berbeda berdasarkan budaya: di wilayah kolektivistik (Amerika Latin, Eropa Timur), dukungan orang tua adalah prediktor utama *subjective well-being* (SWB), sementara di kawasan individualistik (Anglo, Eropa Nordik), dukungan teman sebaya menjadi prediktor paling kuat. Dalam budaya individualistik, orang tua berfungsi sebagai penyangga (*buffer*) ketika dukungan teman rendah; sebaliknya, dalam budaya kolektivistik, teman sebaya dapat berperan kompensatoris. Temuan ini menegaskan bahwa kebahagiaan remaja bersifat ekokultural, tertanam dalam sistem nilai yang menentukan sumber dukungan emosional utama bagi mereka.

Dalam konteks ekologi sosial yang lebih luas, penelitian Salgado et al. (2021) menunjukkan bahwa kesejahteraan remaja tidak hanya dibentuk oleh hubungan keluarga, tetapi juga oleh kualitas lingkungan sekolah. Iklim sekolah yang positif menjadi prediktor kuat SWB, sebanding dengan keterlibatan orang tua, menandakan bahwa dua lingkungan proksimal yaitu keluarga dan sekolah berfungsi sinergis dalam mendukung kesejahteraan psikologis remaja. Hal ini memperkuat model ekologi Bronfenbrenner, di mana interaksi antar sistem mikrososial (keluarga-sekolah) membentuk ruang kesejahteraan yang lebih holistik. Dengan demikian, variabel ekologi sosial perlu dipahami sebagai medan interaksi yang memperluas atau membatasi dampak dukungan keluarga dan teman sebaya.

Selain faktor budaya dan lingkungan, gender juga muncul sebagai variabel kontekstual penting yang memengaruhi dinamika kebahagiaan remaja. Puspitawati et al. (2021) menemukan bahwa keseimbangan dan intensitas peran gender orang tua berpengaruh positif terhadap SWB. Remaja perempuan menunjukkan fungsi keluarga yang lebih baik, namun remaja laki-laki melaporkan tingkat SWB yang lebih tinggi. Kesejahteraan meningkat ketika kemitraan gender dalam keluarga berjalan selaras, karena kualitas fungsi keluarga menjadi mediator utama antara peran orang tua dan kebahagiaan anak. Artinya, kesetaraan peran ayah dan ibu tidak hanya berdampak pada stabilitas rumah tangga, tetapi juga pada keseimbangan emosional remaja.

Dari sisi hubungan sebaya, perbedaan gender juga memengaruhi bentuk kontribusi terhadap kebahagiaan. Son & Padilla-Walker (2020) menemukan bahwa perilaku prososial dalam pertemanan meningkatkan *life satisfaction* melalui mekanisme berbeda dimana dukungan emosional lebih penting bagi remaja putri, sedangkan perilaku prososial global lebih berpengaruh bagi remaja putra. Baytemir (2016) menambahkan bahwa meskipun hubungan antara kelekatan, kompetensi interpersonal, dan SWB tidak berbeda secara signifikan berdasarkan gender, pengaruh kompetensi interpersonal terhadap SWB hanya signifikan pada remaja putra. Hal ini menunjukkan bahwa remaja laki-laki cenderung memperoleh kebahagiaan melalui aktualisasi peran sosial, sedangkan remaja perempuan lebih melalui pengalaman afektif dan empatik dalam hubungan.

Selain itu, konteks budaya lokal juga memperkuat perbedaan dalam sumber kebahagiaan. Studi Zega & Simarmata (2025) menemukan bahwa remaja dari budaya kolektivistik, seperti suku Batak, menunjukkan tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi karena ikatan keluarga yang kuat dan adanya optimisme realistis. Relasi keluarga yang hangat dan rasa keterhubungan menjadi pilar utama kebahagiaan mereka. Sebaliknya, dalam budaya yang lebih individualistik, makna kebahagiaan cenderung terletak pada otonomi dan keberhasilan pribadi. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesejahteraan remaja tidak dapat dipahami secara universal, tetapi harus ditinjau melalui lensa nilai-nilai budaya dan sosial yang melandasi pengalaman hidup mereka.

Secara keseluruhan, variasi berdasarkan budaya, gender, dan ekologi sosial menunjukkan bahwa kebahagiaan remaja terbentuk melalui interaksi kontekstual antara nilai budaya, struktur sosial, dan relasi interpersonal. Dukungan keluarga dan teman sebaya tidak dapat dipisahkan dari konteks budaya yang membentuk maknanya, sistem gender yang mengatur peran emosional dalam keluarga, serta lingkungan sosial yang menyediakan ruang bagi pertumbuhan psikologis. Dengan demikian, kesejahteraan remaja bukan hanya produk dari hubungan interpersonal yang hangat, tetapi juga hasil dari keterpaduan sistem sosial dan kultural yang menopang kehidupan mereka sehari-hari.

Integrasi Teoretis dan Implikasinya Terhadap Kesejahteraan Remaja

Kesejahteraan remaja merupakan hasil interaksi dinamis antara faktor relasional dan kontekstual. Integrasi temuan ini menguatkan relevansi Teori Sistem Ekologi Bronfenbrenner (1979, sebagaimana dijelaskan dalam Crawford (2020)), yang memandang individu tersemat dalam sistem lingkungan berlapis. Keluarga dan teman sebaya berfungsi sebagai dua sistem mikrososial utama yang saling melengkapi dimana keluarga menyediakan struktur, rasa aman, dan fondasi identitas, sedangkan teman sebaya memperkaya pengalaman melalui dukungan emosional harian dan validasi sosial. Sinergi kedua mikrosistem ini menjadi fondasi bagi *subjective well-being*

(SWB) dan *psychological well-being* (PWB) yang berkelanjutan. Lebih lanjut, ekologi sosial seperti iklim sekolah dan norma budaya memiliki peran penopang. Dukungan sekolah yang positif (sistem meso) berkontribusi pada kestabilan emosi, sementara nilai budaya (individualistik/kolektivistik) memengaruhi hierarki sumber dukungan utama.

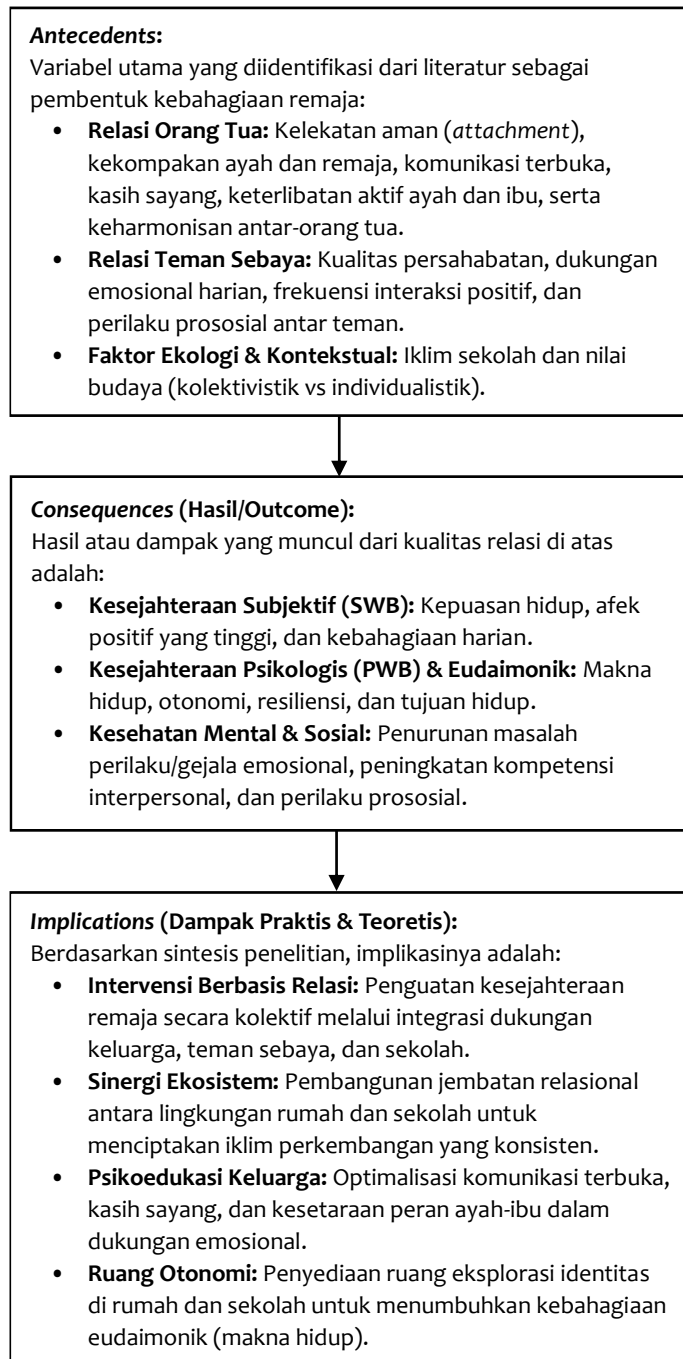
Dari perspektif Psikologi Positif, temuan ini memperkuat Model PERMA (*Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, Achievement*) yang dikembangkan oleh Seligman (2011, disajikan dalam Seligman (2019)). Hubungan Positif (*Relationship*) merupakan komponen fundamental yang berfungsi sebagai prediktor konsisten bagi kebahagiaan remaja di berbagai konteks sosial dan budaya. Secara spesifik, dukungan keluarga cenderung memperkuat aspek *Meaning* dan *Achievement* melalui internalisasi nilai dan penetapan tujuan jangka panjang. Sementara itu, dukungan teman sebaya menumbuhkan *Positive Emotion* dan *Engagement* dalam interaksi dan aktivitas harian. Dengan demikian, kesejahteraan remaja (*Well-Being*) diukur bukan hanya dari emosi positif sesaat, melainkan merupakan akumulasi dari interaksi sosial yang bermakna yang mendorong pertumbuhan di semua elemen PERMA dalam konteks kehidupan sehari-hari.

Selain itu, sintesis hasil menunjukkan bahwa resiliensi dan kompetensi interpersonal berfungsi sebagai mekanisme mediasi internal antara kualitas relasi dan kebahagiaan. Mekanisme ini selaras dengan *Self-Determination Theory* (SDT) yang diajukan oleh Ryan & Deci (2000), yang berpusat pada pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar: Otonomi, Kompetensi, dan Keterhubungan (*Relatedness*). Dukungan relasional keluarga memenuhi kebutuhan akan kompetensi dan keterhubungan yang stabil. Sementara itu, teman sebaya secara unik menyediakan kebutuhan Otonomi dan Keterhubungan yang bersifat sejajar. Keseimbangan pemenuhan kebutuhan dari kedua sumber ini memungkinkan remaja untuk membangun kesejahteraan yang terintegrasi antara kebahagiaan hedonik (kenikmatan emosional) dan kebahagiaan eudaimonik (makna dan aktualisasi diri).

Secara teoretis, integrasi ini menawarkan model konseptual bahwa kebahagiaan remaja dibangun di atas tiga poros utama: (1) kualitas hubungan interpersonal (orang tua dan teman sebaya), (2) mekanisme psikologis internal (resiliensi, kompetensi sosial, dan otonomi), dan (3) struktur sosial-budaya yang menentukan bagaimana kesejahteraan dipersepsi dan dialami. Ketiganya saling berinteraksi dalam pola timbal balik yang kompleks dan dinamis. Dengan memahami keterkaitan ini, pendekatan intervensi terhadap kesejahteraan remaja sebaiknya tidak hanya menekankan individu, tetapi juga memperkuat sistem dukungan sosial di sekitar mereka.

Implikasi praktis dari sintesis ini cukup luas. Dalam konteks pendidikan, guru dan konselor sekolah perlu menumbuhkan iklim relasional yang hangat dan mendukung, menciptakan jembatan antara lingkungan

keluarga dan sekolah sebagai dua konteks utama perkembangan remaja. Program penguatan keluarga juga perlu menekankan pentingnya komunikasi terbuka, kelekatan emosional, serta pembagian peran yang setara antara ayah dan ibu. Secara komprehensif, pola hubungan antara anteseden relasional, konsekuensi kesejahteraan, dan implikasi praktisnya digambarkan pada Gambar 2.



Gambar 2. Sintesis Hasil Kajian Sistematis: Anteseden, Konsekuen, dan Implikasi Kebahagiaan Remaja

Gambar 2 menggambarkan sintesis hasil kajian sistematis yang mengelompokkan temuan penelitian ke dalam tiga komponen utama, yaitu anteseden, konsekuen, dan implikasi. Faktor anteseden mencakup kualitas relasi orang tua, relasi teman sebaya, serta faktor ekologis dan

kontekstual seperti iklim sekolah dan nilai budaya yang membentuk pengalaman keseharian remaja. Faktor-faktor tersebut berkontribusi terhadap berbagai konsekuensi berupa kesejahteraan subjektif, kesejahteraan psikologis dan eudaimonik, serta kesehatan mental dan sosial remaja. Sintesis ini menunjukkan bahwa kebahagiaan remaja merupakan hasil interaksi relasional yang kompleks, yang selanjutnya memiliki implikasi praktis dan teoretis bagi pengembangan intervensi berbasis relasi, penguatan sinergi ekosistem keluarga-sekolah, serta perancangan program psikoedukasi dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan remaja secara holistik.

KESIMPULAN

Tinjauan ini menunjukkan bahwa kebahagiaan remaja dibentuk oleh sinergi relasi keluarga dan teman sebaya yang bersifat saling melengkapi. Sebagai anteseden utama, kelekatan keluarga memberikan fondasi stabilitas afektif jangka panjang, sementara dukungan teman sebaya memperkaya kesejahteraan melalui afeksi harian dan penerimaan sosial. Konsekuensi dari sinergi ini tidak hanya meningkatkan kebahagiaan hedonik (kepuasan hidup), tetapi juga kesejahteraan eudaimonik (makna diri) dan resiliensi psikologis. Implikasi penelitian ini menekankan pentingnya intervensi berbasis ekosistem yang mengintegrasikan dukungan rumah dan sekolah. Mengingat adanya variasi pola berdasarkan konteks budaya dan gender, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal multi-informan guna menguji dinamika hubungan, arah pengaruh, serta mekanisme moderasi antara relasi sosial dalam berbagai konteks sosio-ekonomi dan iklim sekolah.

REFERENSI

- Alfieri, S., Ranieri, S., Tagiibue, S., Pozzi, M., Lanz, M., & Marta, E. (2016). I Feel Good at Home and with Myself: How Does Dyadic Companionship Within the Family Affect Adolescents' Well-Being? *Rivista Internazionale Di Scienze Sociali*, 3–20.
- Arif, I. S. (2016). *Psikologi Positif Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Baytemir, K. (2016). The Mediation Of Interpersonal Competence In The Relationship Between Parent And Peer Attachment And Subjective Well-Being In Adolescence. *Education and Science*, 41(183), 217–231. <https://doi.org/10.15390/EB.2016.4213>
- Butler, N., Quigg, Z., Bates, R., Jones, L., Ashworth, E., Gowland, S., & Jones, M. (2022). The contributing role of family, school, and peer supportive relationships in protecting the mental wellbeing of children and adolescents. *School Mental Health*, 14(3), 776–788. <https://doi.org/10.1007/s12310-022-09502-9>
- Crawford, M. (2020). Ecological Systems Theory: Exploring the Development of the Theoretical Framework as Conceived by Bronfenbrenner. *Journal of Public*

- Health Issues and Practices, 4(2), 170.
<https://doi.org/10.33790/jhiph1100170>
- Crocetti, E. (2017). Identity Formation in Adolescence: The Dynamic of Forming and Consolidating Identity Commitments. *Child Development Perspectives*, 11(2), 145–150. <https://doi.org/10.1111/cdep.12226>
- Dariyo, A. (2018). Hubungan Antara Persahabatan dan Kecerdasan Emosi dengan Kepuasan Hidup Remaja. *Journal Psikogenesis*, 5(2), 168–179. <https://doi.org/10.24854/jps.v5i2.505>
- de Carvalho, N. A., & Veiga, F. H. (2022). Psychosocial Development Research in Adolescence: a Scoping Review. *Trends in Psychology*, 30(4), 640–669. <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00143-0>
- Delgado, E., Serna, C., Martínez, I., & Cruise, E. (2022). Parental Attachment and Peer Relationships in Adolescence: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1064. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031064>
- Fosco, G. M., Brinberg, M., & Ram, N. (2021). Day-to-day changes in parent-adolescent connectedness: Relations with daily subjective well-being and eudaimonia differ for parents and adolescents. *The Journal of Positive Psychology*, 16(5), 640–650. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1791945>
- 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>
- Jiménez-Iglesias, A., García-Moya, I., & Moreno, C. (2017). Parent–Child Relationships and Adolescents' Life Satisfaction Across the First Decade of the New Millennium. *Family Relations*, 66(3), 512–526. <https://doi.org/10.1111/fare.12249>
- Khostarina, T. (2025). The Impact of Social Media Use and Peer Pressure on Adolescent Cybercrime Behavior: The Mediation Role of Emotional Intelligence and Parental Supervision Moderation. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(4), 747-760. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v13i3>
- Kusuma, A.N., & Widyorini, E. (2025). Self-Esteem and Life Satisfaction Among Adolescents in Semarang: Communication with Peers as a Mediator. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(4), 698-705. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v13i4.20645>
- Lame, G. (2019). Systematic Literature Reviews: An Introduction. *Proceedings of the Design Society: International Conference on Engineering Design*, 1(1), 1633–1642. <https://doi.org/10.1017/dsi.2019.169>
- McMahon, G., Creaven, A., & Gallagher, S. (2020). Stressful life events and adolescent well-being: The role of parent and peer relationships. *Stress and Health*, 36(3), 299–310. <https://doi.org/10.1002/smi.2923>
- Miljkovitch, R., Mallet, P., Moss, E., Sirparanta, A., Pascuzzo, K., & Zdebik, M. A. (2021). Adolescents' Attachment to Parents and Peers: Links to Young Adulthood Friendship Quality. *Journal of Child and Family Studies*, 30(6), 1441–1452. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-01962-y>
- Mínguez, A. M. (2020). Children's Relationships and Happiness: The Role of Family, Friends and the School in Four European Countries. *Journal of Happiness Studies*, 21(5), 1859–1878. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00160-4>
- Moore, G. F., Cox, R., Evans, R. E., Hallingberg, B., Hawkins, J., Littlecott, H. J., Long, S. J., & Murphy, S. (2018). School, Peer and Family Relationships and Adolescent Substance Use, Subjective Wellbeing and Mental Health Symptoms in Wales: a Cross Sectional Study. *Child Indicators Research*, 11(6), 1951–1965. <https://doi.org/10.1007/s12187-017-9524-1>
- Nguyen, M. T., Nguyen, N. K. N., & Nguyen, P. Q. (2024). Family and Friends: Key Influences on Teenage Traits and Behaviors. *Social Science and Humanities Journal*, 8(10), 5711–5723. <https://doi.org/10.18535/sshj.v8i10.1430>
- Nightingale, A. (2009). A Guide To Systematic Literature Reviews. *Surgery (Oxford)*, 27(9), 381–384.
- Oldfield, J., Humphrey, N., & Hebron, J. (2016). The role of parental and peer attachment relationships and school connectedness in predicting adolescent mental health outcomes. *Child and Adolescent Mental Health*, 21(1), 21–29. <https://doi.org/10.1111/camh.12108>
- Pribadi, T., Visyam, V.W.A., Pradana, N., Masitah, Alamsyah, S.M., Putri, N.I., & Nasution, R. (2025). The Dynamics of Family Background and Bullying Behavior among Senior High School Students in the Era of the Merdeka Curriculum. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(4), 776-783. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v13i3>
- Puspitawati, H., Defina, D., Musthofa, M., Naina, S., Cahayani, O. I., Rahmah, Y. N., Maulina, T., & Habsari, A. W. (2021). Peran Gender Orang Tua-Remaja dalam Fungsi Keluarga dan Kesejahteraan Subjektif Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 14(3), 255–269. <https://doi.org/10.24156/jikk.2021.14.3.255>
- Putri, R.S., & Widyorini, E. (2025). The Role of Father Involvement in Adolescent Anxiety: A Gender Perspective. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(4), 640-646. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v13i3>
- Qu, D., Huang, J., Yu, N. X., Hui, L. L., & Kouros, C. D. (2021). Association between Mother–Adolescent Relationship Quality and Subjective well-being: Resilience Resources as a Mediating factor among Hong Kong Chinese Adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 30(8), 1990–2002. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-01987-3>
- Raissachelva, E. P., & Handayani, E. (2020). Hubungan antara Kelekatan pada Orang Tua dan Teman Terhadap Subjective Well-being Remaja yang Ditinggalkan Orang Tua Bekerja Sebagai Pekerja Migran. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(1), 12–22. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i1.23633>

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/110003-066X.55.1.68>
- Salgado, M., González, L., & Yáñez, A. (2021). Parental Involvement and Life Satisfaction in Early Adolescence. *Frontiers in Psychology*, 12, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.628720>
- Schacter, H. L., & Margolin, G. (2019). The interplay of friends and parents in adolescents' daily lives: Towards a dynamic view of social support. *Social Development*, 28(3), 708–724. <https://doi.org/10.1111/sode.12363>
- Seligman, M. E. P. (2005). Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif Authentic Happiness. Bandung.
- Seligman, M. E. P. (2019). Positive Psychology: A Personal History. *The Journal of Positive Psychology*, 15, 1–4. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1437466>
- Shi, S. (2025). How Parent-Parent Relationships, Parent-Child Relationships and the Interactions Among Them Affect Teenagers' Happiness. *Studies in Psychological Science*, 3(1), 40–45. <https://doi.org/10.56397/SPS.2025.06.06>
- Son, D., & Padilla-Walker, L. M. (2020). Happy Helpers: A Multidimensional and Mixed-Method Approach to Prosocial Behavior and Its Effects on Friendship Quality, Mental Health, and Well-Being During Adolescence. *Journal of Happiness Studies*, 21(5), 1705–1723. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00154-2>
- Suchaini, U. (2022). Indeks Kebahagiaan 2021. Badan Pusat Statistik RI.
- Walsh, C. S., Kliewer, W., & Sullivan, T. N. (2024). Adolescents' Subjective Well-Being: The Unique Contribution of Fathers. *Child & Youth Care Forum*, 53(6), 1333–1355. <https://doi.org/10.1007/s10566-024-09801-z>
- Wijayanti, R., Sunarti, E., & Krisnatuti, D. (2020). Peran Dukungan Sosial dan Interaksi Ibu-Anak dalam Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Remaja pada Keluarga Orang Tua Bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(2), 125–136. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.2.125>
- World Health Organization. (2024). Working for a brighter, healthier future: How WHO improves health and promotes well-being for the world's adolescents (Second edition). World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240093966>
- Wu, Y.-J., & Lee, J. (2022). The most salient global predictors of adolescents' subjective Well-Being: parental support, peer support, and anxiety. *Child Indicators Research*, 15(5), 1601–1629. <https://doi.org/10.1007/s12187-022-09937-1>
- Yalcin, C., Altindoker, M., & Yildiz, H. (2025). The Moderating Role of Leisure Satisfaction in the Effect of Peer Relationships on Happiness in Adolescents. *Journal of Education and Recreation Patterns*, 6(1), 1–16. <https://doi.org/10.53016/jerp.v6i1.278>
- Zega, J. H., & Simarmata, N. I. P. (2025). Pengaruh Family Support terhadap Kebahagiaan pada Remaja Akhir di Kota Medan. *Dharmas Education Journal*, 5(1), 1601–1612. <https://doi.org/10.56667/dejournal.v4i1.1224>