

STUDI EKSPLORASI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS ANAK SULUNG PEREMPUAN FASE DEWASA AWAL

Yugen Ghifari Anegayuda¹, Debora Basaria², Hanna Christina Uranus³

Email: yugen.705210255@stu.untar.ac.id¹, deborab@fpsi.untar.ac.id²,

hannac@fpsi.untar.ac.id³

Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara^{1,2,3}

Abstrak

Kesejahteraan psikologis pada anak sulung perempuan di fase dewasa awal menjadi topik penting karena anak sulung perempuan sering menghadapi beban tambahan, seperti memenuhi ekspektasi orang tua dan tanggung jawab pengasuhan adik. Fenomena ini semakin relevan untuk dikaji karena dampaknya sering kali baru disadari di masa dewasa, di mana mereka menghadapi tantangan identitas dan kesejahteraan pribadi. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana pengalaman mereka membentuk kesejahteraan psikologis di masa dewasa awal. Studi ini bertujuan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis pada anak perempuan sulung di tahap awal masa dewasa, dengan menyoroti dampak tanggung jawab dan peran dalam keluarga, berlandaskan teori kesejahteraan psikologis dari Ryff (1989) dan konsep urutan kelahiran menurut Adler (1927). Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), dengan melakukan wawancara mendalam kepada perempuan berusia 19-25 tahun. Hasil studi mengungkapkan bahwa pengalaman yang bervariasi secara internal, termasuk peran dalam keluarga mempengaruhi keseimbangan psikologis mereka, dan turut menentukan sejauh mana mereka merasakan tekanan. Hal tersebut di pengaruhi oleh faktor internal yang terjadi dalam keluarga, sehingga individu yang tidak memiliki kesejahteraan psikologis secara positif, akan rentan mengalami kesulitan dalam menghadapi setiap proses yang dialami dalam kehidupan.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis; Perempuan; Fase Dewasa Awal; Urutan Kelahiran

Abstract

The psychological well-being of firstborn girls in early adulthood is an important topic because firstborn girls often face additional burdens, such as meeting parental expectations and younger parenting responsibilities. This phenomenon is increasingly relevant to study because its impact is often only realized in adulthood, where they face challenges to their identity and personal well-being. In this context, it is important to understand how their experiences shape psychological well-being in early adulthood. This study aims to determine the psychological well-being of first-born girls in the early stages of adulthood, by highlighting the impact of responsibilities and roles in the family, based on the psychological well-being theory of Ryff (1989) and the concept of birth order according to Adler (1927). This study uses a qualitative method through Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), by conducting in-depth interviews with women aged 19-25 years. The results of the study revealed that internally varied experiences, including roles in the family, affected their psychological balance, and also determined the extent to which they felt stressed. This is influenced by internal factors that occur in the family, so that individuals who do not have positive psychological well-being, will be prone to experiencing difficulties in dealing with every process experienced in life.

Keywords: Psychological Well-Being; Women; Early Adulthood; Birth Order

PENDAHULUAN

Dalam membangun keluarga, tujuan utama pasangan menikah diantaranya adalah memilih untuk memiliki keturunan. Dalam dua tahun terakhir, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), jumlah keluarga di Indonesia terus berkembang dengan total

68.487.139. Di luar adanya peningkatan keluarga yang terjadi di Indonesia, proses interaksi dan hubungan antar anggota dalam keluarga memiliki peran signifikan, terutama dampak yang terjadi pada setiap individu.

Posisi kelahiran, seperti anak sulung, anak kedua, anak bungsu, anak

tengah, dan anak tunggal, memainkan peran krusial dalam membentuk perkembangan psikologis, interaksi sosial, dan kepribadian setiap individu (Adler dalam Marano, 2017). Hal ini dikarenakan setiap anak dalam keluarga biasanya memiliki peran dan fungsi berbeda. Seperti anak sulung yang biasanya berperan sebagai pelindung dan pengasuh bagi adik-adiknya (Marano, 2017).

Anak sulung sering dianggap individu yang cerdas, penuh motivasi, kemampuan memimpin dan merawat adik-adik, serta membantu orang tua (Crow, 2020). Stereotip ini muncul karena tuntutan untuk lebih dewasa dan mandiri, sebagai role model bagi adik-adiknya (Annisa, 2020), meskipun hal ini adalah pengalaman pertama mereka dalam peran tersebut. Banyaknya tekanan untuk memenuhi harapan orang tua dan tanggung jawab besar menjadikan mereka lebih dewasa dan bertanggung jawab (Vaghchipawala, 2023). Di sisi lain juga memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka, terutama tanpa adanya dukungan sosial yang memadai (Pourebrahim & Rasouli, 2019). Oleh karena itu, di balik sosok kuat dan melekat, terdapat beban yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis pada anak sulung dalam jangka panjang.

Tekanan psikososial yang disebabkan oleh tanggung jawab besar yang diberikan kepada mereka sebagai

anggota keluarga dan kewajiban untuk memenuhi standar yang tinggi digambarkan dalam sindrom anak sulung perempuan. Seringkali, keadaan ini menyebabkan kecemasan dan membuat mereka mengutamakan kepentingan orang lain daripada kepentingan mereka sendiri (Chatterjee, 2024). Beban ini membuat mereka merasa seperti pengganti orang tua, sehingga dapat meningkatkan kerentanan terhadap stres dan berdampak pada kesejahteraan psikologis di masa dewasa, menurut Morton (dalam Keenan, 2024). Banyak orang baru menyadari dampak ini ketika mereka dewasa dan menghadapi masalah identitas dan kesejahteraan pribadi (Cassata, 2024).

Fase dewasa awal merupakan fase krusial dalam perjalanan hidup yang melibatkan berbagai transisi yaitu mengelola hidup, relasi, pembelajaran dan profesi yang menimbulkan ketegangan dan tekanan secara mental (Matud et al., 2020). Arnett menggambarkan fase ini sebagai usaha dalam menemukan jati diri, prospek, memerhatikan diri, tekanan, serta perasaan transisi remaja ke usia matang (Reifman & Niehuis, 2022). Terdapat transformasi aspek pemikiran, emosional, fisik, dan sosial (Wood et al., 2017).

Selain perubahan dalam beberapa aspek dalam kehidupan, di fase dewasa awal juga terdapat tahap *Intimacy* vs *Isolation* dalam perkembangan psikososial

Erikson yang menyoroti pentingnya membangun hubungan bermakna di fase dewasa awal. Tanda keberhasilan dalam tahap ini dengan menciptakan keterikatan, sementara kegagalan menghadirkan rasa terisolasi (Papalia et al., 2014). Penelitian juga menunjukkan bahwa hubungan hangat dengan orang tua membantu anak menyesuaikan diri lebih baik (Sapphira & Suryadi, 2022). Namun, pada wanita lebih rentan mengalami tekanan psikologis dibandingkan pria karena adanya perbedaan sikap saat menghadapi situasi (Matud et al., 2020). Selain itu, ketegangan anak sulung dengan kedua orang tua lebih umum terjadi akibat ekspektasi tinggi dan disiplin yang lebih tegas dari orang tua (Whiteman dalam Untariana & Sugito, 2022).

Kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) meliputi penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Individu dengan kesejahteraan rendah cenderung memiliki penilaian negatif terhadap diri dan hidup, mengurangi motivasi untuk perubahan (Fisabilillah & Agustina, 2024). Faktor yang memengaruhi kesejahteraan termasuk dukungan sosial dan pengalaman hidup (Kirana & Suprpti, 2021). Ryff menyatakan bahwa faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, status ekonomi, pendidikan, pekerjaan, hubungan interpersonal, serta dukungan emosional mempengaruhi kesejahteraan psikologis

(Prahnyuningtyas & Basaria, 2023). Perempuan cenderung memiliki skor lebih tinggi dalam pertumbuhan pribadi dan hubungan positif (Matud et al., 2019).

Menurut penelitian Klara et al. (2022) menunjukkan bahwa 85,7% anak sulung perempuan merasa senang dengan peran dan tuntutan. Sebaliknya, 14,2% dari mereka merasakan adanya tekanan akibat peran tersebut. Selaras dengan penelitian Fukuya et al. (2021), yang menyebutkan anak sulung mendapat pengasuhan lebih ketat, sementara anak bungsu lebih mendapat perhatian penuh dan support. Perbedaan ini menjadi penting, karena pengalaman dalam pemberian pola asuh yang diterima setiap anak dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Di sisi lain, Rohrer et al., (2015) menunjukkan bahwa elemen kepribadian, ekstroversi, stabilitas emosi, kesetujuan, ketelitian atau imajinasi tidak dan imajinasi tidak terbukti memengaruhi urutan kelahiran. Penemuan ini bertolak belakang dengan anggapan umum dan teori-teori ilmiah yang menyatakan bahwa faktor keluarga, termasuk urutan kelahiran, memainkan peran dalam membentuk perkembangan kepribadian dan kesejahteraan psikologis individu.

Oleh karena itu, meskipun sudah ada penelitian yang membahas kesejahteraan psikologis, belum ada yang fokus membahas secara spesifik tentang

bagaimana kesejahteraan psikologis pada anak sulung perempuan dewasa awal. Temuan terdahulu menunjukkan bahwa sebagian besar anak sulung perempuan merasa nyaman dengan peran mereka, namun ada juga yang merasa tertekan. Adanya kontradiksi ini mengindikasikan bahwa penelitian lebih lanjut dengan metode yang lebih spesifik sangat dibutuhkan untuk menggali lebih dalam kebutuhan dukungan psikologis yang lebih spesifik. Selain itu, pengalaman hidup berdasarkan urutan kelahiran dan dinamika keluarga menggarisbawahi pentingnya adanya pendekatan yang lebih strategis untuk mengelola harapan orang tua terhadap anak sulung serta perlunya pengasuhan yang adil untuk mendukung kesejahteraan psikologis seluruh anak dalam keluarga.

KAJIAN PUSTAKA

Menurut Ryff (1989), kondisi seseorang yang memenuhi standar kesejahteraan secara positif mencakup enam dimensi, seperti penerimaan diri, penguasaan lingkungan, otonomi, hubungan interpersonal yang positif, perasaan memiliki tujuan hidup, serta dorongan untuk terus berkembang. Dimensi-dimensi ini menggambarkan kemampuan individu untuk mengelola kehidupannya secara efektif.

Ryff (1995) mengidentifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, termasuk usia, jenis kelamin, budaya, dan status sosial ekonomi. Seiring bertambahnya usia yang diikuti pengalaman hidup, individu lebih merasa baik dalam mengendalikan kehidupan mereka. Individu dengan kesejahteraan psikologis baik, resilien dan terbuka akan perjalanan hidup juga tujuan eksistensi individu tersebut (Sagone et al., 2014).

Anak sulung, berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), adalah anak pertama dalam keluarga. Menurut Adler (1970), posisi kelahiran dapat memengaruhi perkembangan psikologis dan kepribadian, karena selain posisi fisik seseorang, perasaan dan interpretasi mereka tentang posisi mereka juga berpengaruh. Anak sulung biasanya memiliki lebih banyak tanggung jawab daripada anak-anak lain, yang membuat mereka lebih disiplin, ambisius, dan berjiwa kepemimpinan. Namun, anak sulung sering dianggap sebagai pemimpin keluarga, dan posisi ini juga membawa ekspektasi sosial tinggi (Adler, 1927).

Arnett (2014) berpandangan fase dewasa awal diawali umur 18 tahun dan dihiri pada umur 29 tahun yang diidentifikasi dengan keberhasilan tanggung jawab dan kemandirian sebagai indikator usia matang. Papalia et al. (2014)

mengidentifikasi fase ini sebagai periode peralihan fase remaja ke fase dewasa matang, di mana individu mengalami eksplorasi identitas dan penundaan komitmen. Dalam periode ini, individu mengembangkan keterampilan fisik, kognitif, dan sosial yang lebih kompleks. Selain itu, mereka juga menghadapi perubahan penting dalam hubungan sosial, pendidikan, dan karier yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Kualitas hubungan sosial, pilihan pendidikan, dan perkembangan karier memainkan peran penting dalam kesejahteraan emosional selama dewasa awal (Papalia et al., 2014).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam (*in-depth interview*) untuk mengumpulkan data terkait pengalaman kesejahteraan psikologis pada anak sulung perempuan dewasa awal. Partisipan merupakan umur 19 hingga 25 tahun yang berjumlah lima partisipan. Pengumpulan data dimulai dengan memberikan pertanyaan umum hingga spesifik mendalam dan menggunakan *purposive sampling*, dengan tujuan untuk menemukan, memahami, dan mendapatkan wawasan yang relevan, sehingga peneliti memilih sampel yang paling sesuai untuk diteliti (Merriam & Tisdell, 2016).

Analisis data dilakukan menggunakan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) menurut Howitt (2019) yang terdiri dari lima tahapan: (1) pemahaman awal tentang kasus dan opini peneliti, sehingga memahami keseluruhan; (2) identifikasi tema awal pada data; (3) mencari korelasi antara tema; dan (4) membuat tabel kategorisasi tema, diuraikan secara sistematis; 5) menulis laporan analisis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara keseluruhan, studi ini menemukan bahwa peran yang dimainkan oleh perempuan sebagai anak sulung memiliki dampak yang signifikan terhadap aspek kesejahteraan psikologis yang meliputi otonomi, hubungan positif, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan penerimaan diri (Ryff, 1989). Seringkali, tuntutan sejak dini, seperti tanggung jawab untuk adik-adik dan harapan tinggi dari orang tua, menciptakan dinamika antara kebutuhan pribadi dan kewajiban keluarga. Dimana hasil ini selaras dengan studi dari Fukuya et al. (2021), yang mengungkapkan bahwa anak sulung umumnya menghadapi pengasuhan yang lebih ketat dibandingkan anak bungsu, sebagaimana dirasakan oleh partisipan kedua (SF) dan partisipan keempat (VS), yang mengalami tekanan

psikologis akibat perlakuan yang berbeda terhadap mereka dibandingkan adik-adik mereka.

Selain itu, studi ini menunjukkan bahwa adanya tanggung jawab keluarga, secara positif dapat membuat anak sulung perempuan merasa lebih baik, tetapi faktanya beberapa partisipan, seperti partisipan kesatu (AS), partisipan ketiga (SR), dan partisipan keempat (VS) dengan peran mereka sebagai anak sulung perempuan justru merasa terbebani dan menghambat dirinya sendiri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Melendro et al. (2020), bahwa tanggung jawab keluarga dapat menjadi hal yang positif bagi individu mengelola lingkungan, tetapi sering kali juga membawa dampak negatif yaitu mengurangi rasa kemandirian dalam pengambilan keputusan yang berkaitan dengan kehidupan individu tersebut.

Studi ini juga menemukan, bahwa pengalaman partisipan mengenai perbedaan perlakuan, ternyata berdampak pada kesejahteraan psikologis partisipan terutama dalam aspek penerimaan diri dan hubungan yang positif dengan keluarga. Pengalaman tersebut juga memengaruhi hubungan antar saudara, sehingga dapat dikatakan bahwa dinamika dalam keluarga memainkan peran penting dalam membentuk pengalaman emosional seorang anak sulung.

Hal lainnya juga ditemukan dalam studi ini, yaitu sebuah konflik keluarga, termasuk ekspektasi tinggi dan pola komunikasi yang kurang terbuka, sering menjadi sumber tekanan bagi anak sulung perempuan. Hal ini mendukung temuan Whiteman et al. (dalam Untariana & Sugito, 2022) dan teori Erikson tentang pentingnya keintiman dalam perkembangan individu. Ketidakadilan atau ekspektasi tidak realistis, seperti yang dialami oleh beberapa partisipan, dapat memengaruhi hubungan keluarga dan risiko isolasi sosial (Waldinger & Schulz, 2016; Zhou et al., 2023).

Tekanan yang muncul dari tanggung jawab sebagai anak sulung seringkali membutuhkan penanganan yang tidak dapat dilakukan sendiri. Dukungan sosial dari pasangan dan teman memainkan peran penting dalam mengurangi tekanan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis, khususnya dalam dimensi penguasaan lingkungan dan tujuan hidup (Putriyani & Listiyandini, 2018; Setiawan & Mariyati, 2023). Misalnya, partisipan keempat (VS) merasakan apresiasi dan penghargaan berkat dukungan pasangannya, sementara partisipan kelima (DD) menunjukkan kemampuan lebih baik dalam mengelola tekanan keluarga melalui dukungan teman.

Dalam konteks kesejahteraan psikologis, faktanya peran sebagai anak sulung perempuan seringkali kali membawa

tantangan yang kompleks, mulai dari tekanan tanggung jawab hingga harapan tinggi keluarga. Untuk menghadapinya, lingkungan keluarga yang mendukung sangat diperlukan, termasuk komunikasi terbuka, penghargaan terhadap pencapaian anak, dan kebebasan untuk mengeksplorasi kebutuhan pribadi. Selain itu, hubungan sosial yang positif baik dengan keluarga, pasangan, maupun teman sangat penting untuk membantu anak sulung perempuan mengatasi perannya dan mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal.

PENUTUP

Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini, yaitu menunjukkan pentingnya perhatian terhadap kesejahteraan psikologis pada anak sulung perempuan di usia dewasa awal. Hal ini dipengaruhi oleh peran, tekanan, tuntutan pendidikan dan karir, tanggung jawab keluarga, serta dukungan sosial. Orang tua lebih memperhatikan kesejahteraan psikologis anak sulung dengan memberikan dukungan emosional yang tepat, menciptakan ruang bagi mereka untuk berkembang secara mandiri tanpa tekanan keluarga. Orang tua disarankan untuk menerapkan dan meningkatkan keterampilan komunikasi keluarga, dan menetapkan batasan yang sehat untuk mengurangi beban psikologis anak sulung.

Saran penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi dan membandingkan pengalaman setiap anak berdasarkan urutan kelahiran, baik secara kelas ekonomi ataupun dengan latar belakang budaya yang bervariasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adler, A. (1927). *Understanding human nature* (W. B. Wolfe, Trans.). Greenberg
- Annisa, D. A. (Ed.). (2020, July 30). Anak Sulung dan Segudang Ekspektasi Keluarga. *Satu Persen; Satu Persen*. <https://satupersen.net/blog/anak-sulung-dan-segudang-ekspektasi-keluarga>
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, *1*(7), 569–576. [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(14\)00080-7](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(14)00080-7)
- BKKBN. (2022, December 19). *Pemutakhiran data keluarga BKKBN: Setahun, jumlah keluarga bertambah 2.2 juta*. <https://e-ppid.bkkbn.go.id/agenda/show/pemutakhiran-data-keluarga-bkkbn-setahun-jumlah-keluarga-bertambah-2-2-juta-50188a4e8e>
- Cassata, C. (2024, April 29). People-Pleasing, Anxiety, Feeling Guilty—Could You Have “Eldest Daughter Syndrome”? *Health*. <https://www.health.com/what-is-eldest-daughter-syndrome-8636698>
- Chatterjee, D. (2024). Understanding “Eldest Daughter Syndrome.” Social Science Research Network. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4832693>
- Crow, S. (2019, March 13). 20 Stereotypes About Birth Order That Are 100 Percent True. *Best Life*;

- Best Life*.
<https://bestlifeonline.com/birth-order-sterotypes/>
- Fisabilillah, S. D., & Agustina, M. T. (2024). Psychological Well-Being pada Remaja dari keluarga Broken Home. *Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 13(1). <https://journal.untar.ac.id/index.php/phronesis/article/view/27165>
- Fukuya, Y., Fujiwara, T., Isumi, A., Doi, S., & Ochi, M. (2021). Association of Birth Order With Mental Health Problems, Self-Esteem, Resilience, and Happiness Among Children: Results From A-CHILD Study. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.638088>
- Greene, R. L., & Clark, J. R. (1970). Adler's Theory of Birth Order. *Psychological Reports*, 26(2), 387-390. <https://doi.org/10.2466/pr0.1970.26.2.387>
- Howitt, D. (2019). Introduction to qualitative research methods in psychology. Pearson.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. (2024, Agustus 14). (n.d.). Anak sulung. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) daring*. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/anak%20sulung>
- Keenan, C. (2024, May 2). "Eldest daughter syndrome": what is it and why is everyone talking about it right now?. *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/culture/2024/may/02/eldest-daughter-syndrome-viral-tiktok-trend>
- Kirana, A. M., & Suprapti, V. (2021). Psychological Well Being Dewasa Awal yang Mengalami Riwayat Perceraian Orang Tua di Masa Remaja. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 1003. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.27695>
- Klara, A., Perlitta, A., & Tasya Nabila, P. (2022). Psychological well being pada anak pertama Gaduh Minangkabau: Sebuah studi psikologi indigenous. *Jurnal Spirits*, 12(2), 104–113. <https://doi.org/10.30738/spirits.v12i2.13476>
- Marano, K. (2017). An Analysis of Empirical Validity of Alfred Adler's Theory of Birth Order. *Aletheia*, 2(1). <https://doi.org/10.21081/ax0082>
- Matud, M. P., Díaz, A., Bethencourt, J. M., & Ibáñez, I. (2020). Stress and Psychological Distress in Emerging Adulthood: A Gender Analysis. *Journal of Clinical Medicine*, 9(9), 2859. <https://doi.org/10.3390/jcm9092859>
- Matud, M. P., López-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and Psychological Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(19), 3531. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193531>
- Melendro, M., Campos, G., Rodríguez-Bravo, A. E., & Arroyo Resino, D. (2020). Young People's Autonomy and Psychological Well-Being in the Transition to Adulthood: A Pathway Analysis. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01946>
- Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2016). Qualitative research: a Guide to Design and Implementation (4th ed., pp. 3–21). Jossey-Bass.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2014). Experience human development. McGraw-Hill
- Pourebahim, T., & Rasouli, R. (2019). Meaning of Life and Psychological Well-Being during Adult, Older Adult and Oldest Old. *Elderly*

- Health Journal*.
<https://doi.org/10.18502/ehj.v5i1.1198>
- Prahayuningtyas, F., & Basaria, D. (2024). Analisis Korelasi Self Compassion Dengan Psychological Wellbeing Pada Anak Sulung Perempuan Dewasa Awal. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1176–1190. <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.219>
- Putriyani, R., & Listiyandini, R. A. (2018). Peran Dukungan Suami bagi Kesejahteraan Psikologis Jurnalis Perempuan. *Jurnal Psikogenesis*, 6(1), 35–45. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.630>
- Reifman, A., & Niehuis, S. (2022). Extending the Five Psychological Features of Emerging Adulthood into Established Adulthood. *Journal of Adult Development*, 30, 6–20. <https://doi.org/10.1007/s10804-022-09412-9>
- Rohrer, J. M., Egloff, B., & Schmukle, S. C. (2015). Examining the effects of birth order on personality. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 112(46), 14224–14229. <https://doi.org/10.1073/pnas.1506451112>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.69.4.719>
- Sagone, E., & Caroli, M. E. D. (2014). Relationships between Psychological Well-being and Resilience in Middle and Late Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 881–887. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.154>
- Saphira, A. N. C., & Suryadi, D. (2022). Gambaran Psychological Well-Being Individu Dewasa Awal dengan Latar Belakang Keluarga Bercerai. *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis*, 2(1), 29–34. <https://doi.org/10.24912/jmmpk.v2i1.19134>
- Setiawan, E. D., & Maryanti, L. I. (2023). The Relationship Between Peer Social Support and Psychological Well-Being of the Elderly in Surabaya. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 10. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v10i0.1710>
- Untariana, A. F., & Sugito, S. (Eds.). (2022). Pola Pengasuhan Bagi Anak Berdasarkan Urutan Kelahiran. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6940–6950. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2359>
- Vaghchipawala, M. K. P. (2023). Comparative Study of Birth-Order and Personality. *The International Journal of Indian Psychology*, ISSN(4), 2349–3429. <https://doi.org/10.25215/1104.030>
- Wood, D., Crapnell, T., Lau, L., Bennett, A., Lotstein, D., Ferris, M., & Kuo, A. (2018). Emerging Adulthood as a Critical Stage in the Life Course (N. Halfon, C. B. Forrest, R. M. Lerner, & E. M. Faustman, Eds.). *PubMed; Springer*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK543712/>

Zhou, X., Huang, J., Qin, S., Tao, K., & Ning, Y. (2023). Family intimacy and adolescent peer relationships: investigating the mediating role of psychological capital and the moderating role of self-identity. *Frontiers in Psychology, 14*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1165830>