

# E-PROSIDING

## SEMINAR NASIONAL PSIKOLOGI (SERASI)

Semarang, 18-19 Agustus 2023

Gedung Thomas Aquinas  
Ruang Teater Lantai 3  
Jl. Pawiyatan Luhur IV/1, RT 04 RW V  
Kel. Bendan Duwur, Kec. Gajahmungkur  
Kota Semarang, Jawa Tengah 50234

**MENCAPAI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS  
DALAM MASYARAKAT MULTIKULTUR  
DI ERA BARU**



# E-Prosiding Seminar Nasional Psikologi (Serasi)

Tema:  
“Mencapai Kesejahteraan Psikologis  
dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru”



**Penulis:**

Gagah Putra Pamungkas, Ferdinandus Hindiarto, dkk.

**Editor:**

Bartolomeus Yofana Adiwena, S.Psi., M.Si.  
Basilus Oda Sanjaya, S.Psi., M.Psi.

**Reviewer:**

Afriza Animawan Arifin, S.Psi., M.A., dkk.

**Tanggal presentasi:**

Jumat-Sabtu, 18-19 Agustus 2023

**Tempat:**

Gedung Thomas Aquinas, R.Teater Lt. 3, Universitas Katolik Soegijapranata

**Penyelenggara:**

Fakultas Psikologi Soegijapranata Catholic University

**Penerbit:**

Universitas Katolik Soegijapranata

## E-Prosiding Seminar Nasional Psikologi (Serasi)

<b>Tema</b>	: Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru
<b>Penulis</b>	: Gagah Putra Pamungkas, Ferdinandus Hindiarto, dkk.
<b>Penanggung jawab</b>	: Dr. Dra. Kristiana Haryanti, M.Si.
<b>Editor</b>	: Bartolomeus Yofana Adiwena, S.Psi., M.Si. Basilius Oda Sanjaya, S.Psi., M.Psi.
<b>Reviewer</b>	: Afriza Animawan Arifin, S.Psi., M.A. Akhmad Rifandi, S.Psi., M.Psi. Amalia Adhandayani, S.Psi., M.Si. Daniswara Agusta Wijaya, M.Psi., Psikolog Diana Permata Sari S.Psi., M.Sc. Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog Eugenius Tintus Reinaldi, S.Psi., M.Psi. Henri Gerda Pesau, S.Psi., M.Psi., Psikolog Kinanti Widyaningsih, S.Psi., M.Psi., Psikolog Kusumasari Kartika Hima Darmayanti, M.Si. Laode Surazal Qalbi, S.Pd., M.A. Lidwina Florentiana Sindoro, S.Psi., M.Psi. Made Syanesti Adishesa, M.Psi., Psikolog Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A. Monika W. Satyajati, S.Psi., M.Psi., Psikolog Nadia Khairina, S.Psi., M.Si. Ni Made Putri Ariyanti, S. Psi., M. Psi., Psikolog Ni Putu Adelia Kesumaningsari, M.Sc. Risna Febriani, S.Psi., M.Si. Robik Anwar Dani, M.Psi., Psikolog Tiara Veronika, S.Psi., M.Si. Veronica Kristiyani, S.Psi., M.Si., Psikolog

Hak Cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektronik maupun mekanis, termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penulis dan Penerbit.

©Universitas Katolik Soegijapranata 2023

ISBN	: .....(PDF)
Sampul Buku	: Ruth Maria Triuslia Ginting
Perwajahan Isi	: Ignatius Eko
Ukuran Buku	: A4 (21 x 29.7 cm)
Font	: PT Sans 10
Terbit	: November 2023

### PENERBIT:

Universitas Katolik Soegijapranata  
Anggota APPTI No. 003.072.1.1.2019  
Anggota IKAPI No 209/ALB/JTE/2021  
Jl. Pawiyatan Luhur IV/1 Bendan Duwur Semarang 50234  
Telpon (024)8441555 ext. 1409  
Website: [www.unika.ac.id](http://www.unika.ac.id)  
Email Penerbit: [ebook@unika.ac.id](mailto:ebook@unika.ac.id)

**Seminar Nasional Psikologi (SERASI):**

Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru  
Semarang, 18-19 Agustus 2023



## **Susunan Panitia Seminar Nasional Psikologi (Serasi)**

Penanggung jawab	: Dr. Dra. Kristiana Haryanti, M.Si.
Ketua	: Dr. Christin Wibhowo, S.Psi., M.Si.
Ketua 1	: Monika Windriya Satyajati, M.Psi., Psikolog
Ketua 2	: Kinanti Widyaningsih, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Koordinator Sekretariat	: Deddy Dharmawan, S.Psi.
Bendahara 1	: D. Linggarjati Novi Parmitasari, S.Psi., M.A.
Bendahara 2	: Monica Galuh Sekar Wijayanti, S.H., M.Kn.
Koordinator Prosiding	: Bartolomeus Yofana Adiwena, S.Psi., M.Si.
Seksi Makalah & Prosiding	: Lidwina Florentiana Sindoro, S.Psi., M.Psi. : Basilius Oda Sanjaya, S.Psi., M.Psi : Theresia Alvita Saraswati, S.H.
Koordinator Acara	: Eugenius Tintus Reinaldi, S.Psi., M.Psi.
Seksi Acara	: Dr. E. Wahyu Margareth Indira, M.Pd., Psi
Koordinator Konsumsi	: Dra. Emiliana Primastuti, M.Si.
Seksi Konsumsi	: Rini Yastuti, S.Sos. : B. Mustikasari Wulan
Sekretariat – PubDekDok	: Daulika Juandi : Valentina Dhani : Theresia Vinca Dwiputri : Margaretha Diajeng Putri Rosari



## **Susunan *Reviewer* Seminar Nasional Psikologi (Serasi)**

1. Afriza Animawan Arifin, S.Psi., M.A. (Universitas Muhammadiyah Surakarta)
2. Akhmad Rifandi, S.Psi., M.Psi. (Universitas Muhammadiyah Banjarmasin)
3. Amalia Adhandayani, S.Psi., M.Si. (Universitas Esa Unggul)
4. Daniswara Agusta Wijaya, M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Soegijapranata)
5. Diana Permata Sari S.Psi., M.Sc. (Universitas Sanata Dharma)
6. Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog (Universitas Pembangunan Jaya)
7. Eugenius Tintus Reinaldi, S.Psi., M.Psi. (Universitas Katolik Soegijapranata)
8. Heni Gerda Pesau, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Universitas Atma Jaya Makassar)
9. Kinanti Widyaningsih, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Soegijapranata)
10. Kusumasari Kartika Hima Darmayanti, M.Si. (Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang)
11. Laode Surazal Qalbi, S.Pd., M.A. (Universitas Halu Oleo Kendari)
12. Lidwina Florentiana Sindoro, S.Psi., M.Psi. (Universitas Katolik Soegijapranata)
13. Made Syanesti Adishesa, M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
14. Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A. (Universitas Katolik Soegijapranata)
15. Monika W. Satyajati, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Soegijapranata)
16. Nadia Khairina, S.Psi., M.Si. (Universitas Negeri Malang)
17. Ni Made Putri Ariyanti, S. Psi., M. Psi., Psikolog (Universitas Hindu Indonesia)
18. Ni Putu Adelia Kesumaningsari, M.Sc. (Universitas Surabaya)
19. Risna Febriani, S.Psi., M.Si. (Universitas Muhammadiyah Banjarmasin)
20. Robik Anwar Dani, M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Widya Mandala Madiun)
21. Tiara Veronika, S.Psi., M.Si. (Universitas Negeri Manado)
22. Veronica Kristiyani, S.Psi., M.Si., Psikolog (Universitas Esa Unggul)

**Seminar Nasional Psikologi (SERASI):**

Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru  
Semarang, 18-19 Agustus 2023



## Susunan Acara Seminar Nasional Psikologi (Serasi)

**Hari 1: Jumat, 18 Agustus 2023**

Waktu	Kegiatan
07.30 - 08.00	Acara Pembukaan
08.00 - 08.20	Doa dan Penyambutan
08.20 - 08.35	Menyanyikan Indonesia Raya & Hymne Unika
08.35 - 08.45	Sambutan Dekan Fakultas Psikologi
08.45 - 08.50	Persiapan Sesi 1
08.50 - 09.40	Pembicara 1: Prof. Dra. Kwartarini Wahyu Yuniarti, M.Med.Sc., Ph.D., Psikolog
09.40 - 10.00	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 1
10.00 - 10.05	Persiapan Sesi 2 & 3
10.05 - 10.45	Pembicara 2: Dr. Nurlaila Effendy, M.Si.
10.45 - 11.05	Pembicara 3: Carolus Indra Dwi Purnama, S.Psi., M.Psi., Psikolog
11.05 - 11.35	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 2 & 3
11.35 - 13.00	Istirahat
13.00 - 13.30	Penandatanganan Nota Kesepahaman
13.30 - 15.00	Presentasi

**Hari 2: Sabtu, 19 Agustus 2023**

Waktu	Kegiatan
08.00 - 08.30	Registrasi
08.30 - 08.35	Doa dan Penyambutan
08.35 - 08.40	Persiapan Sesi 4
08.40 - 09.00	Pembicara 4: Dr. Y. Bagus Wismanto, MS.
09.00 - 09.20	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 4
09.20 - 09.25	Persiapan Sesi 5
09.25 - 09.45	Pembicara 5: Yohanes Nugroho Raharjo
09.45 - 10.05	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 5
10.05 - 10.10	Persiapan Sesi 6
10.10 - 10.30	Pembicara 6: Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A.
10.30 - 10.50	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 6
10.50 - 12.00	Presentasi
12.00 - 13.00	Istirahat
13.00 - 13.20	Penutupan oleh Ketua Panitia
13.20 - 13.25	Pengumuman Publikasi
13.25 - 13.45	Penutupan

## **Seminar Nasional Psikologi (SERASI):**

Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru  
Semarang, 18-19 Agustus 2023



## **Sambutan Dekan**

Puji syukur atas rahmat Tuhan yang Maha Kuasa atas terselenggaranya Seminar Nasional Psikologi (SERASI) 2023 dengan tema “Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru”. Acara ini termasuk dalam serangkaian Dies Natalis Fakultas Psikologi ke-39. Tema tersebut diangkat berdasarkan visi misi fakultas, yaitu menjadi komunitas akademik psikologi yang bermakna bagi masyarakat multikultur. Oleh sebab itu, seminar ini menekankan pada topik kesejahteraan psikologis.

Dunia saat ini menghadapi cukup banyak tantangan, seperti konflik sosial dan ekonomi, isu pemanasan global dan pencemaran lingkungan, isu-isu kesehatan, serta berbagai isu lainnya. Untuk menghadapi berbagai tantangan tersebut, manusia perlu sejahtera, bukan hanya secara fisik namun juga secara psikologis. Kesejahteraan psikologis tentunya bisa membantu kita untuk dapat menjalankan fungsi kehidupan menjadi lebih baik. Itulah sebabnya seminar ini akan mengupas kesejahteraan psikologis dari berbagai sudut pandang agar dapat menjawab berbagai tantangan dunia modern saat ini.

Saya mengucapkan terima kasih kepada narasumber yang telah bersedia untuk membagikan ilmu pada Seminar SERASI ini, yaitu kepada Prof. Dra. Kwartarini Wahyu Yuniarti, M.Med.Sc., Ph.D., Psikolog; Dr. Nurlaila Effendy, M.Psi.; Dr Carolus Indra Dwi Purnama, S.Psi., M.Psi., Psikolog; Dr. Y. Bagus Wismanto, MS.; Bapak Y. Nugroho Raharjo, S.Psi., Psikolog; dan Ibu Maria Bramanwidiantari, S.Psi., M.A. Kiranya ilmu yang dibagikan dapat menambah wawasan untuk bersama-sama mengembangkan kesejahteraan psikologis dimasyarakat.

Terima kasih juga disampaikan kepada peserta pemakalah serta peserta seminar yang berasal dari berbagai wilayah, baik itu dari Jawa maupun diluar Jawa. Diskusi ilmiah dalam Seminar SERASI ini menjadi menarik dengan adanya kumpulan makalah lintas bidang, yaitu psikologi klinis, psikologi kesehatan, psikologi sosial, psikologi pendidikan, serta psikologi industri dan organisasi. Saya berharap diskusi ini dapat memberikan ide solusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis di masyarakat.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada segenap panitia pelaksana yang telah bekerja keras menyelenggarakan acara ini. Semoga Seminar SERASI ini bermanfaat untuk kita semua.

Semarang, 17 Agustus 2023  
Dekan,  
Dr. Kristiana Haryanti, M Si, Psikolog



**Seminar Nasional Psikologi (SERASI):**

Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru  
Semarang, 18-19 Agustus 2023



## Sambutan Ketua Panitia

Salam sukacita bagi kita semua,

Kepada semua peserta seminar, kami menyampaikan selamat datang di Soegijapranata Catholic University (SCU). Tidak lupa kami ingin menyampaikan salam hormat kepada Dr. Kristiana Haryanti, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi SCU, Ibu/Bapak dekanat dan dosen,

Ibu/Bapak narasumber, dan juga Ibu/Bapak/ Saudara peserta Seminar Nasional Psikologi (Serasi). Pada kesempatan ini tentu kami bersyukur karena dapat bertemu Bapak, Ibu dan Saudara sekalian untuk membahas tentang cara Mencapai Kesejahteraan Psikologis Dalam Masyarakat Multikultur Di Era Baru.

Serasi ini diselenggarakan dalam rangkaian acara Dies Natalis ke-39 Fakultas Psikologi, SCU. Selain itu, acara ini juga dilandasi dengan spirit agar kita tidak lagi hanya berfokus pada gangguan psikologis, namun lebih memusatkan perhatian pada kesejahteraan psikologis. Untuk mencapai kesejahteraan psikologis itu dibutuhkan pemahaman dari berbagai pandangan. Oleh karena itu, kami mengundang para pakar untuk membahas kesejahteraan psikologis dari berbagai pandangan. Kami sangat bersuka cita dan berterima kasih karena Prof. Dra. Kwartarini Wahyu Yuniarti, M.Med.Sc.,Ph.D., Psikolog (Yogyakarta), Dr. Nurlaila Effendy, M.Psi.(Surabaya), Dr Carolus Indra Dwi Purnama, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Semarang), Dr. Y. Bagus Wismanto,MS (Semarang), Bapak Y. Nugroho Raharjo, S.Psi., Psikolog (Jakarta), dan Ibu Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A (Semarang) bersedia berbagi ilmu dengan kami.

Kami juga berterima kasih kepada para peserta dari Timor, juga dari Yogyakarta, Cimahi, Semarang dan dari kota-kota lain yang hadir pada acara Serasi. Terdapat 45 presenter, dan 47 peserta yang terdiri dari mahasiswa dan masyarakat umum juga ditambah dengan dosen dan mahasiswa dari Fakultas Psikologi SCU, yang siap berdiskusi hari ini.

Acara Serasi ini terselenggara juga karena dukungan banyak pihak. Pada kesempatan ini kami sampaikan banyak terima kasih kepada seluruh dosen ,tenaga kependidikan, dan mahasiswa Fakultas Psikologi, Soegijapranata Catholic University, yang mendukung terlaksananya Serasi ini. Terima kasih juga kepada seluruh panitia yang bekerja keras dan tetap suka cita demi terlaksananya acara ini.

Kami mohon maaf jika dalam acara Serasi ini banyak kekurangan yang Bapak/Ibu/Saudara rasakan. Semoga kekurangan kami tidak mengurangi makna dan manfaat dari Serasi ini. Selamat mengikuti seminar dan selamat mengambil manfaat dari acara ini. Salam SERASI!

Ketua Panitia,  
Dr. Christin Wibhowo, M.Si, Psikolog

## Daftar Isi

Susunan Panitia .....	iii
Susunan Reviewer .....	iv
Susunan Acara .....	v
Sambutan Dekan .....	vi
Sambutan Ketua Acara .....	vii
Daftar Isi .....	viii
<i>Work-Life Balance</i> Generasi Y ditinjau dari <i>Work Engagement</i> dan <i>Organizational Citizenship Behavior</i> .....	1
<i>Gagah Putra Pamungkas dan Ferdinandus Hindiarto</i>	
Kesejahteraan Psikologis ( <i>Psychological Well Being</i> ) Perawat Pasca Pandemi: <i>Literature Review</i> .....	11
<i>Nataria Yulianie</i>	
Strategi Koping Dan Kepuasan Perkawinan pada Pasangan Yang Tidak Memiliki Keturunan: <i>Narrative review</i> .....	25
<i>Rufinus Sabtian Herlambang</i>	
Efikasi Diri Guru Mengajar Dan Tuntutan Profesi Guru Di Masa Modern Dan Pasca Pandemi .....	32
<i>Agnes Melati Situmorang dan Augustina Sulastri</i>	
<i>Person Centered Therapy</i> dalam Meningkatkan <i>Congruence</i> Realitas Subjektif Pasien Skizoafektif Tipe Depresi dengan Kepribadian Dependen .....	45
<i>Muhammad Idham Tamsil dan Siswanto</i>	
<i>Literature Review: Organizational Citizenship Behavior</i> pada Karyawan di Indonesia .....	54
<i>Fairuz Dhiya Nur Rizqi dan Kristiana Haryanti</i>	
Pemetaan Pengalaman Mahasiswa sebagai Korban Kekerasan .....	64
<i>Daniel Purwoko Budi Susetyo dan M. Suharsono</i>	
Analisis Pengaruh Implementasi Sistem Penilaian Kinerja Berbasis BSC terhadap Kepuasan Kerja Karyawan dalam Organisasi .....	76
<i>Lilis Supatmi, Kristiana Haryanti, dan Daniel Purwoko Budi Susetyo</i>	
Stres Kerja Pada Perawat di Indonesia .....	86
<i>Anindita Ratih Ristanti dan Kristiana Haryanti</i>	
Resiliensi Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19: <i>Scoping Review</i> .....	96
<i>Katharine Nikita Hutapea dan Augustina Sulastri</i>	

Pelaksanaan <i>Soegijapranata Learning Model</i> Dan Dampaknya pada Keterlibatan Belajar Mahasiswa .....	105
<i>Lucia Hernawati dan R.A. Praharesti Eriany</i>	
Penerapan <i>Play Therapy</i> Dengan Metode <i>Beat the Clock</i> untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak dengan <i>Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD)</i> .....	111
<i>Waldehudis Adelina da Lopez, Endang Widyorini, dan Esthi Rahayu</i>	
Faktor Pemicu <i>Stress Akademik</i> pada Mahasiswa: Sebuah Studi Literatur .....	121
<i>Nathaniel Insan Saputra dan Augustina Sulastr</i>	
Pengaruh Stres Kerja terhadap Kesejahteraan Psikologis dengan Variabel Intervening Dukungan Sosial Dan Strategi Koping pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Dustira Cimahi .....	128
<i>Rudy Dwi Laksono, Mulya Virgonita, dan Hardani Widhiastuti</i>	
<i>Reminiscence Group Therapy</i> untuk Meningkatkan <i>Awareness</i> pada Lanjut Usia di Wisma Lansia X .....	139
<i>Bernadeta Widyaningrum, Siswanto, dan Monika Windriya Satyajati</i>	
Kualitas Hubungan Suami Istri, Suatu Tinjauan Deskriptif Kualitatif.....	145
<i>Pius Heru Priyanto dan Haryo Goeritno</i>	
Perbedaan Persepsi terhadap Rasa Manis pada Mahasiswa Perokok Dan Non Perokok ....	159
<i>Felicia I. Rudyanto, Fransiska Mega S. Ningsih, Andriani P. Sari, Bernarda E. Maura, Anisa Ratasya, Adhinda Rizky C. Sagita, Maria M. Marcella, Kareena N. Azzahra, Bima H. Pratama, Adetya Wulan C. Ekaputri, dan Monika W. Satyajati</i>	
Studi Eksplorasi Hubungan Sosial di Era Pandemi Covid-19 .....	164
<i>M. Suharsono, Daniel Purwoko Budi Susetyo, Pius Heru Priyanto, dan Y. Bagus Wismanto</i>	
<i>Subjective Well-Being</i> Dan Kaitannya Dengan Kepuasan Pernikahan <i>Long Distance Marriage: Review Literatur</i> .....	177
<i>Samuel Priandito Hardanta dan Augustina Sulastr</i>	
Penggunaan Psikoedukasi untuk Meningkatkan Pengetahuan Kader Puskesmas dalam Memahami Kecemasan Ibu Hamil Berisiko Tinggi .....	191
<i>Xavera Adis Dewantari, Siswanto, dan Monika Windriya Satyajati</i>	
Hubungan Antara <i>Psychological Capital</i> dengan <i>Work Life Balance</i> pada Karyawan Generasi Milenial .....	200
<i>Tesha Widyanari dan Kristiana Haryanti</i>	
<i>Dialectical Behavior Therapy</i> Untuk Mengurangi Disregulasi Emosi Pada Penderita Gangguan Kepribadian Ambang .....	211
<i>Fidelia Indah Puspita Dewi, Christin Wibhowo, dan Monika Windriya Satyajati</i>	
<i>Storytelling</i> Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Anak dengan Gangguan <i>Intellectual Developmental Disorder</i> .....	225
<i>Ivana Gracia, Endang Widyorini, dan Emiliana Primastuti</i>	

<i>Stimulus Fading dan Contingency Management dalam Meningkatkan Respon Komunikasi pada Anak yang Mengalami Gejala Gangguan Selective Mutism</i> .....	232
<i>Indahjanti Sutanto, Endang Widyorini, dan Sri Sumijati</i>	
Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Stress</i> pada Mahasiswa .....	241
<i>Anastasia V. Febriantiningasih dan Maria Yang Roswita</i>	
Penerapan Metode <i>Discrete Trial Training (DTT)</i> Pada <i>Autism Spectrum Disorder (ASD)</i> untuk Meningkatkan Kemampuan Kontak Mata Secara Mandiri .....	249
<i>Vicki Noviliana Ardhiningtyas, Endang Widyorini, dan Sri Sumijati</i>	
Pengaruh Kopi Terhadap Memori Jangka Pendek .....	259
<i>Tarangga E. B. Wibowo, Adinda P. Junita, Dione I.M. Rahamitu, Ignatius D. Santanu, Maria A. Kurniawahyuni, Regina Adventya, Nayla Anindya, Galuh Pertiwi, Bonevasius Taran, Zefanya T. Ursula, dan Monika W. Satyajati</i>	
Fenomena <i>Self-Injury</i> pada Wanita (Suatu Studi Kasus) .....	264
<i>Erna Agustina Yudiati dan Lu'lu' Mafruchatun Nadhifah</i>	
Menemani Hingga Akhir: Gambaran Resiliensi Keluarga <i>Family Caregiver</i> dengan Anggota Keluarga Penderita Kanker Payudara Stadium Akhir .....	272
<i>Dyah Widhi Winantu dan Costrie Ganes Widayanti</i>	
Emosi Positif pada Remaja dengan Kecenderungan Kepribadian Ambang Ditinjau Dari Minat Menonton Drama Korea .....	282
<i>Christin Wibhowo dan Lavelyna Rapha Adjikusuma</i>	
Peran Minat Baca, Masa Kerja, Dan Usia dengan Kemampuan Literasi Digital pada Guru Sekolah Dasar di Semarang .....	289
<i>R.A. Praharesti Eriany dan Emiliana Primastuti</i>	
Hubungan antara Optimisme dengan <i>Coping Stress</i> pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi: <i>Narrative Literature Review</i> .....	296
<i>Dyas Egga Josephin Ardinanto dan Esthi Rahayu</i>	

## **Reminiscence Group Therapy untuk Meningkatkan Awareness pada Lanjut Usia di Wisma Lansia X**

*(Reminiscence Group Therapy to Increase Awareness in Elderly at Wisma Lansia X)*

**Bernadeta Widyaningrum\***, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

**Siswanto**, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

**Monika Windriya Satyajati**, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

✉ : '21e30041@student.unika.ac.id

### **Abstract**

*Old age is a period of development that gives rise to many changes in life. One of the changes is moving residence to an elderly home. Awareness is needed in dealing with changes, especially for the elderly. So that the elderly can reflect on themselves and their experiences in dealing with these changes. The intervention aims to increase awareness of the elderly at Wisma Lansia X through reminiscence group therapy. The intervention was carried out in a group of 5 participants (2 males and 3 females) with a duration of stay of less than one year. The post-intervention assessment used a 10-item short AARC (Awareness of Age-Related Change) observations and interviews. Paired-sample t-test using JASP software to test for differences before and after the implementation of the intervention. The results showed that awareness after the intervention ( $M=37.4$ ;  $SD=1.673$ ) was significantly higher than before the intervention ( $M=21.2$ ;  $SD=1.304$ ),  $t(4)=-13.504$ ,  $p<0.001$ . This intervention shows that reminiscence group therapy can increase the awareness of the elderly in the elderly home. This awareness can increase the ability of the elderly to deal with changes in residence.*

**Keywords:** awareness, elderly, reminiscence

### **PENDAHULUAN**

Setiap manusia semasa hidupnya tentu akan mengalami perkembangan dalam hidup. Salah satu perkembangan yang dialami adalah masa lanjut usia atau dikenal dengan istilah lansia. Pada saat seseorang memasuki masa lanjut usia sering dikenal dengan masa perkembangan terakhir dalam hidup. Perkembangan yang dialami secara psikologis dan sosial terutama berkaitan dengan proses penerimaan masa lansia beserta beberapa dampak yang ditimbulkan (Prawitasari, 1994). Perkembangan yang dialami oleh lansia tersebut juga disertai dengan perubahan yang dialami seperti perubahan tempat tinggal.

Perubahan tempat tinggal dapat berpengaruh kepada lansia terutama bagi lansia yang tinggal di wisma lansia karena pada umumnya lansia lebih senang bila tinggal di rumah bersama dengan keluarga. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan lansia

tinggal di wisma lansia seperti keinginan diri sendiri, tidak memiliki keluarga, dan keluarga tidak dapat mengurus lansia (Noviyanti, 2019). Terdapat beberapa tantangan yang dihadapi lansia ketika pindah ke wisma lansia seperti perubahan kebiasaan, perasaan tidak memiliki tempat yang disebut rumah, menjadi tidak mandiri karena harus menuruti peraturan wisma lansia, hilangnya *boundaries* yang dimiliki (Riedl, Mantovan, & Them, 2013). Penurunan kualitas hidup juga dialami ketika lansia berpindah ke wisma lansia hal ini karena berkaitan dengan *psychological distress* dalam menghadapi perubahan dalam hidup yang besar (Villeneuve, Meillon, Dartigues, & Amieva, 2022). Selain itu lansia juga merasakan kesepian, kesepian yang dialami karena berkurangnya interaksi dengan lingkungan sosial dan keluarga (Prathima Naik, MHSc & Venke Irene Ueland, PhD, 2020). Perubahan tempat tinggal tersebut memerlukan *awareness* bagi lansia

yang tinggal di wisma lansia karena berkaitan dengan penyesuaian dan penambahan usia yang dimiliki (Diehl & Wahl, 2010).

*Awareness* menjadi salah satu aspek penting yang diperlukan oleh lansia karena dapat membantu lansia untuk memiliki kesejahteraan di masa lansianya (Neupert & Bellingtier, 2017). Ketika *awareness* yang dimiliki oleh lansia mengenai kondisi saat ini belum dimiliki dapat menyebabkan lansia memiliki kecenderungan untuk membandingkan diri dengan orang lain (Sabatini, Ukoumunne, Ballard, et al., 2022).

Pada saat proses menuju *awareness* dapat terbilang sulit terutama bagi lansia. Hal ini dikarenakan lansia mengalami berbagai macam kehilangan di dalam hidupnya seperti keluarga, kemandirian, keuangan dan kemampuan diri (Feist & Feist, 2008). *Awareness* yang dimiliki tersebut bukan hanya melihat mengenai bertambahnya usia yang dimiliki tetapi mampu melihat bahwa terdapat beberapa aspek kehidupan yang mengalami peningkatan (Diehl & Wahl, 2010).

Kesadaran akan perubahan umur yang dimiliki (*awareness of age-related change*) atau yang dikenal dengan *AARC* dapat digambarkan sebagai seluruh pengalaman cara yang dimiliki untuk menghadapi perubahan yang terjadi pada hidupnya sebagai suatu konsekuensi atas perubahan hidup yang dimiliki (Wilton-Harding, Weber, & Windsor, 2022). *AARC* adalah kemampuan dalam merefleksikan diri dan bersifat multidimensional yang berasal dari pengalaman subjektif dalam proses pendewasaan (Kaspar, Gabrian, Brothers, Wahl, & Diehl, 2019). *AARC* merupakan suatu keadaan yang dimiliki oleh individu yang berkaitan dengan perilaku *awareness* yang dimiliki atau suatu cara yang dimiliki oleh individu untuk melalui perubahan dalam hidup sebagai suatu konsekuensi menjadi lansia. Pada konsep *AARC* tidak hanya berfokus pada hal negatif dan *loss-related* dengan perubahan hidup yang dialami tetapi juga memperhatikan hal positif dan *gain-related* dengan perubahan hidup (Diehl & Wahl, 2010). Salah satu contoh yang dapat dilihat adalah individu dapat menyadari perubahan umur yang dimiliki (*awareness of age-related change*) adanya peningkatan fungsi

*socio-emotional* yang dapat membuat individu tersebut mampu untuk menghadapi perubahan dengan lebih baik dibandingkan pada saat ketika muda (Rupprecht et al., 2022).

Terdapat 2 faktor yang dapat mempengaruhi *AARC* yaitu *AARC-gains* adalah persepsi yang dimiliki oleh seseorang dari sudut pandang positif dan *AARC-losses* adalah persepsi yang dimiliki oleh seseorang dari sudut pandang negatif (Wilton-Harding et al., 2022). Pada saat seseorang memiliki *AARC-gains* lebih tinggi maka akan berdampak pada kualitas hidup yang lebih baik (Sabatini, Ukoumunne, Brothers, et al., 2022).

*Reminiscence group therapy* adalah salah satu terapi dengan mengingat kembali kenangan di masa lalu secara lisan atau verbal (Cuevas, Davidson, Mejilla, & Rodney, 2020). *Reminiscence group therapy* dapat membantu lansia untuk melihat kembali pengalaman yang telah dilalui dan mengadopsi strategi di masa lalu untuk menghadapi permasalahan saat ini (Tsao, Shu, & Lan, 2019). Stimulasi memori yang dilalui oleh lansia untuk proses mengingat masa lalu dapat meningkatkan *awareness* yang dimiliki. Stimulasi tersebut dilakukan melalui proses mengingat kembali kenangan dan autobiografi yang dimiliki oleh individu kemudian menyimpulkan kenangan yang telah diingat kembali dan melihat kembali kehidupan yang dialami saat ini (Nakamura, Kasai, Nakai, Nakatsuka, & Meguro, 2016). *Reminiscence group therapy* dapat diberikan kepada penghuni wisma lansia dengan menggunakan berbagai macam media pendukung dan dapat dilakukan ketika penghuni saling membagikan pengalaman yang telah dilalui. Melalui *reminiscence group therapy* dapat membantu meningkatkan kualitas hidup lansia yang tinggal di wisma lansia dengan merefleksikan pengalaman yang dimiliki sesama penghuni terutama untuk lansia yang masih memerlukan waktu menyesuaikan diri tinggal di wisma lansia (Hash, Kisinger, & Tennant, 2021).

## METODE

Pelaksanaan intervensi *reminiscence group therapy* dilakukan untuk menguji perbedaan *pre-test* dan *post-test* pada Skala *AARC 10-item*. Skala *AARC 10-*



*item* kemudian diterjemahkan menjadi Bahasa Indonesia. Skala ini terdiri dari 10 item untuk mengukur *awareness of age-related change* yang dimiliki. Skala *AARC 10-item* merepresentasikan persepsi mengenai *gain-* dan *loss-related* terhadap aspek lima aspek perilaku yaitu fungsi kesehatan dan fisik, fungsi kognitif, relasi interpersonal, fungsi *social-cognitive* dan *social-emotional*, dan gaya hidup. Setiap item pada skala *AARC 10-item* memiliki lima pilihan jawaban yang terdiri dari pilihan 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (netral), 4 (setuju), dan 5 (sangat setuju).

Skala *AARC 10-item* diberikan setelah pelaksanaan intervensi. Intervensi *reminiscence group therapy* dilaksanakan untuk meningkatkan kemampuan *awareness* yang dimiliki mengenai pertambahan usia yang dimiliki oleh lansia. Pelaksanaan intervensi *reminiscence group therapy* dilakukan sebanyak 6 sesi.

Partisipan intervensi *reminiscence group therapy* yaitu 5 penghuni wisma lansia X yang terdiri dari 2 laki-laki dan 3 perempuan dengan durasi waktu tinggal di wisma lansia kurang dari satu tahun dan memiliki kondisi fisik yang memungkinkan partisipan untuk berkegiatan.

*Paired-sample t-test* menggunakan *software* JASP digunakan untuk menguji perbedaan *pre-test* dan *post-test* pada Skala *AARC 10-item*. Selain itu juga dilakukan observasi dan wawancara kepada partisipan untuk mengetahui lebih lanjut perbedaan yang terjadi setelah pelaksanaan intervensi.

## HASIL

Intervensi diberikan kepada lima penghuni wisma lansia yang terdiri dari dua laki-laki dan tiga perempuan. Rentang usia partisipan yaitu 60-70 tahun dengan durasi tinggal di wisma lansia kurang dari satu tahun. Latar belakang pendidikan yang dimiliki oleh partisipan juga beragam mulai dari SMP hingga S2. Seluruh partisipan berasal dari Pulau Jawa dan terdapat dua partisipan yang belum menikah. Pada pelaksanaan sesi pertama partisipan diperkenalkan terlebih dahulu mengenai tujuan dan manfaat intervensi yang akan diberikan kepada

partisipan. Selain itu juga diberikan gambaran secara singkat mengenai pelaksanaan intervensi. Partisipan dapat mengerti dan memahami pelaksanaan intervensi untuk beberapa waktu ke depan.

Pada sesi kedua partisipan diajak untuk mengenali kondisi tubuh saat ini terutama kondisi yang mengalami penurunan fisik atau bagian fisik yang mengalami sakit. Partisipan diminta memberikan tanda pada gambar tubuh yang telah disediakan sebagai tanda pada bagian tubuh yang mengalami gangguan. Secara umum partisipan dapat mengenali kondisi fisik yang dialami dan beberapa gangguan atau bagian tubuh yang merasakan sakit atau pegal-pegal. Partisipan juga mampu untuk memberikan tanda pada lembar yang telah disiapkan meskipun di awal memerlukan beberapa waktu untuk mengenali kondisi fisik yang dimiliki.

Pada sesi ketiga setiap partisipan diminta untuk mengambil tema secara acak dari berbagai tema yang telah disiapkan sehingga setiap partisipan mendapatkan tema yang berbeda satu dengan yang lain. Setelah mendapatkan tema partisipan saling bercerita secara bergantian berdasarkan tema yang didapatkan. Partisipan juga dapat menceritakan pengalaman di luar tema yang didapatkan setelah mendengar pengalaman yang diceritakan oleh sesama partisipan.

Pada sesi keempat partisipan mengenali perasaan dan kesan yang didapatkan setelah mendengar cerita atau pengalaman dari sesama penghuni wisma lansia yang menjadi partisipan. Perasaan yang dialami oleh partisipan beragam namun, secara keseluruhan partisipan merasakan senang dan puas mendengar cerita sesama partisipan.

Selanjutnya pada sesi kelima partisipan diajak untuk mengenali pencapaian-pencapaian yang telah dicapai baik sebelum atau sesudah tinggal di wisma lansia. Seluruh partisipan dapat membagikan dan menuliskan beberapa pencapaian yang sudah dicapai sebelum dan sesudah tinggal di wisma lansia. Selain itu juga partisipan juga menuliskan pencapaian ketika bersekolah atau ketika bekerja.

Pada sesi terakhir partisipan secara bergantian membagikan pengalaman/perasaan yang dirasakan

setelah mengikuti seluruh sesi intervensi dan manfaat yang dirasakan oleh partisipan. Setelah membagikan pengalaman/perasaan yang dirasakan partisipan menuliskan segala harapan yang diinginkan kedepannya pada saat tinggal di wisma lansia.

Hasil skala memperlihatkan bahwa awareness setelah intervensi ( $M=37.4$ ;  $SD=1.673$ ) secara signifikan lebih tinggi bila dibandingkan sebelum intervensi ( $M=21.2$ ;  $SD=1.304$ ),  $t(4)=-13.504$ ,  $p<0.001$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan intervensi *reminiscence group therapy* yang menunjukkan awareness yang dimiliki mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi.

Hasil analisis dengan uji Paired-sample t-test menggunakan software JASP didapatkan p-value sebesar 0.001 yang menunjukkan nilai lebih kecil bila dibandingkan dengan  $\alpha$  (0.05). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi *reminiscence group therapy* dapat meningkatkan awareness yang dimiliki oleh partisipan yang mengikuti intervensi.

Setelah pelaksanaan intervensi terdapat beberapa perubahan yang dialami oleh partisipan terlihat bahwa partisipan mulai mengikuti beberapa kegiatan yang diadakan oleh wisma lansia X serta mulai untuk mengajak penghuni lain untuk ikut berkegiatan. Selain itu juga partisipan mulai saling berinteraksi dengan penghuni wisma lainnya. Bila dibandingkan sebelum mengikuti intervensi yang lebih banyak menghabiskan waktu di dalam kamar saja.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan partisipan pada akhir sesi intervensi partisipan menggambarkan bahwa sebelum mengikuti intervensi partisipan tidak mengetahui cerita partisipan satu sama lain. Setelah mengikuti intervensi partisipan menjadi mengerti bahwa partisipan lain juga mengalami permasalahan yang sama dan membuat mengerti bahwa sesama penghuni wisma lansia X saat ini merupakan keluarga yang terdekat dan dimiliki saat ini. Partisipan juga mulai bisa terbuka satu sama lain dan berusaha untuk mendukung satu sama lain karena mengalami pengalaman yang sama. Selain itu juga dapat memunculkan harapan-harapan

baru bagi partisipan untuk kedepannya terutama harapan pada saat tinggal di wisma lansia X. Partisipan juga mengatakan bahwa berharap bisa memiliki hubungan yang dekat dengan penghuni wisma lansia X lainnya.

## DISKUSI

Berdasarkan intervensi *reminiscence group therapy* yang telah diberikan kepada lansia di wisma lansia X menunjukkan bahwa terdapat peningkatan *awareness*. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa *reminiscence therapy* dapat membantu lansia meningkatkan *awareness* yang dimiliki (Tsao et al., 2019). *Awareness* yang dimiliki dapat terlihat ketika lansia mampu mengenali keadaan fisik (Wilton-Harding et al., 2022). Selain itu pada saat berbagi pengalaman dapat membantu lansia menyadari kondisi saat ini dan menimbulkan keterbukaan sesama penghuni wisma lansia X (Gaggioli et al., 2014). Selain itu juga *awareness* yang dimiliki dapat meningkatkan hubungan sesama penghuni wisma lansia X (Diehl & Wahl, 2010).

Pada saat lansia memiliki *awareness* dapat membantu meningkatkan kualitas hidup dan meningkatkan harapan hidup bagi lansia yang tinggal di wisma lansia (Wilton-Harding & Windsor, 2022). *Awareness* yang dimiliki berarti mampu melihat dari sudut pandang positif dan negatif. Bila seseorang mampu melihat sudut pandang dari sisi positif lebih banyak bila dibandingkan dengan sisi negatif maka individu tersebut memiliki kualitas hidup yang lebih baik (Sabatini, Ukoumunne, Brothers, et al., 2022).

Melalui *reminiscence group therapy* lansia dapat menyadari pencapaian-pencapaian yang telah dilalui sehingga dapat memiliki pandangan mengenai pencapaian yang ingin dimiliki bersama dengan penghuni wisma lansia (O'Brien & Sharifian, 2020). Hal ini dikarenakan *awareness* yang dimiliki dapat berasal dari pengalaman pribadi dan dapat juga berasal dari pengalaman orang lain (Diehl & Wahl, 2010). Sehingga akhirnya lansia dapat semakin sadar dan dapat memiliki pandangan yang lebih realistis terkait dengan kondisi saat ini terutama pada saat

tinggal di wisma lansia (Gabinla & Kurniawan, 2022).

### SIMPULAN

*Reminiscence group therapy* dapat meningkatkan *awareness* yang dimiliki oleh lansia yang berada di wisma lansia X. Pengalaman yang dimiliki dapat dibagikan kepada sesama penghuni sehingga mampu meningkatkan kesadaran mengenai kondisi diri sendiri dan lingkungan sekitar serta keterbukaan sesama penghuni wisma lansia X.

*Awareness* adalah aspek yang diperlukan dalam hidup terutama bagi lansia yang melalui banyak perubahan dalam hidup. Terutama berkaitan dengan kesadaran mengenai perubahan umur yang dimiliki sehingga mampu menyadari seluruh pengalaman yang telah dilalui serta mampu menemukan cara untuk menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi.

Rekomendasi yang dapat diberikan berdasarkan intervensi yang telah dilaksanakan bersama dengan lansia penghuni wisma lansia X untuk meningkatkan *awareness* pada diri, yaitu pihak wisma lansia X dapat membantu dengan memfasilitasi penghuni wisma lansia X melalui kegiatan bersama dengan menyelipkan *reminiscence group therapy*. Lansia penghuni wisma lansia X juga dapat semakin meningkatkan *awareness* dengan keadaan diri dan lingkungan sekitar terutama pada saat tinggal di wisma lansia.

### DAFTAR PUSTAKA

Cuevas, P. E. G., Davidson, P. M., Mejilla, J. L., & Rodney, T. W. (2020). Reminiscence therapy for older adults with Alzheimer's disease: A literature review. *International Journal of Mental Health Nursing*, 29(3), 364–371. <https://doi.org/10.1111/inm.12692>

Diehl, M. K., & Wahl, H. W. (2010). Awareness of Age-Related Change: Examination of a (Mostly) Unexplored Concept. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 65B(3), 340–350. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbp110>

Feist, J., & Feist, G. J. (2008). *Theories of Personality* (Seventh). United States of America: McGraw-Hill.

Gabinla, B. F. P., & Kurniawan, A. (2022). Efektivitas Group Reminiscence Therapy Untuk Mengurangi Gejala Depresi Pada Komunitas Lansia: Systematic Review. *Jurnal Syntax Fusion*, 2(11), 796–807. <https://doi.org/10.54543/fusion.v2i11.222>

Gaggioli, A., Scaratti, C., Morganti, L., Stramba-Badiale, M., Agostoni, M., Spatola, C. A. M., ... Riva, G. (2014). Effectiveness of group reminiscence for improving wellbeing of institutionalized elderly adults: Study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 15(1), 408. <https://doi.org/10.1186/1745-6215-15-408>

Hash, K. M., Kisinger, D. L., & Tennant, D. M. (2021). Reminiscence through Appalachian Folklore, Games, and Music: A Pilot Project. *Activities, Adaptation & Aging*, 45(3), 180–189. <https://doi.org/10.1080/01924788.2020.1744827>

Kaspar, R., Gabrian, M., Brothers, A., Wahl, H.-W., & Diehl, M. (2019). Measuring Awareness of Age-Related Change: Development of a 10-Item Short Form for Use in Large-Scale Surveys. *The Gerontologist*, 59(3), e130–e140. <https://doi.org/10.1093/geront/gnx213>

Nakamura, K., Kasai, M., Nakai, M., Nakatsuka, M., & Meguro, K. (2016). The Group Reminiscence Approach Can Increase Self-Awareness of Memory Deficits and Evoke a Life Review in People With Mild Cognitive Impairment: The Kurihara Project Data. *Journal of the American Medical Directors Association*, 17(6), 501–507. <https://doi.org/10.1016/j.jamda.2015.11.009>

Neupert, S. D., & Bellingtier, J. A. (2017). Aging Attitudes and Daily Awareness of Age-Related Change Interact to Predict Negative Affect. *The Gerontologist*, 57(S2), S187–S192. <https://doi.org/10.1093/geront/gnx055>

Noviyanti, N. (2019). Strategi Coping pada Lansia di Panti Jompo Tresna Werdha Palembang. *Jurnal*

- Intelektualita: Keislaman, Sosial dan Sains*, 8(1), 31–40.  
<https://doi.org/10.19109/intelektualita.v8i1.4226>
- O'Brien, E. L., & Sharifian, N. (2020). Managing expectations: How stress, social support, and aging attitudes affect awareness of age-related changes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(3), 986–1007.  
<https://doi.org/10.1177/0265407519883009>
- Prawitasari, J. E. (1994). Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia. *Buletin Psikologi*, 2(1), 27–34.  
<https://doi.org/10.22146/bpsi.13240>
- Sabatini, S., Ukoumunne, O. C., Ballard, C., Collins, R., Corbett, A., Brooker, H., & Clare, L. (2022). Exploring awareness of age-related changes among over 50s in the UK: Findings from the PROTECT study. *International Psychogeriatrics*, 34(9), 789–803.  
<https://doi.org/10.1017/S104161022100123X>
- Sabatini, S., Ukoumunne, O. C., Brothers, A., Diehl, M., Wahl, H.-W., Ballard, C., ... Clare, L. (2022). Differences in awareness of positive and negative age-related changes accounting for variability in health outcomes. *European Journal of Ageing*, 19(4), 1087–1097.  
<https://doi.org/10.1007/s10433-021-00673-z>
- Tsao, Y.-C., Shu, C.-C., & Lan, T.-S. (2019). Development of a Reminiscence Therapy System for the Elderly Using the Integration of Virtual Reality and Augmented Reality. *Sustainability*, 11(17), 4792.  
<https://doi.org/10.3390/su11174792>
- Wilton-Harding, B., Weber, N., & Windsor, T. D. (2022). Awareness of age-related gains and losses as moderators of daily stress reactivity in middle- and older-adulthood. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 929657.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.929657>
- Wilton-Harding, B., & Windsor, T. D. (2022). Awareness of age-related change, future time perspective, and implications for goal adjustment in older adulthood. *Aging & Mental Health*, 26(6), 1189–1197.  
<https://doi.org/10.1080/13607863.2021.1893269>