

## **Model Pendidikan Integratif Berbasis Experiential Learning dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis dan Internalisasi Karakter Qurani Siswa**

Hanida Alifiyah<sup>1</sup>, Nur Aisyah<sup>2</sup>, Nabila Ramadini<sup>3</sup>, Mohammad Fakhri Akbar<sup>4</sup>,  
Muhammad Tomi Nizam<sup>5</sup>, Kurnia Dewi<sup>6</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

Corresponding email: [hanidaalifiyah\\_23041460115@radenfatah.ac.id](mailto:hanidaalifiyah_23041460115@radenfatah.ac.id)

### **ARTICLE INFO**

#### **Keywords**

Experiential Learning

Psychological Well-Being

Qur'anic Character Education

#### **Keywords**

Experiential Learning

Psychological Well-Being

Qur'anic Character Education

### **ABSTRACT**

This study aims to examine the effectiveness of an experiential learning-based educational intervention in enhancing students' psychological well-being and Qur'anic character development through the Al-Hamidiyah Islamic Creative Fest program. The study employed a descriptive qualitative approach within a community service framework, involving elementary and secondary school students. Data were collected through observation, documentation, and program evaluation across several activities, including HeartTalk Box, HeartTalk Corner, Read & Reflect Spot, IMANAH, Sharing Session, INSPIRE, and Ramadan Boarding School. The findings indicate that the program successfully increased students' emotional, social, and spiritual engagement while providing a more humanistic space for expression, reflection, and interaction. However, the impact remains largely at the level of engagement and has not fully reached internalization, particularly in sustaining long-term behavioral change. This limitation is associated with the short duration of the intervention, the absence of structured follow-up, and the lack of integration into the formal school system. This study highlights the need for a more systematic and sustainable integrative education model that balances cognitive, emotional, and spiritual dimensions. Its main contribution lies in proposing a conceptual framework that bridges educational psychology and Qur'anic values within an experiential learning context.

## Introduction

Perkembangan pendidikan abad ke-21 menuntut pergeseran paradigma dari orientasi akademik menuju pendekatan yang lebih holistik, dengan menekankan integrasi aspek kognitif, emosional, sosial, dan spiritual. Dalam konteks ini, kesejahteraan psikologis siswa menjadi indikator penting keberhasilan pendidikan karena berkaitan erat dengan keterlibatan belajar, motivasi, dan perkembangan individu secara menyeluruh (Immordino-Yang et al., 2019; OECD, 2021). Selain itu, meningkatnya perhatian terhadap kesehatan mental remaja menunjukkan bahwa sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai ruang yang mendukung perkembangan psikologis siswa (Ahmed et al., 2019; Denham, 2020).

Dalam konteks nasional, kondisi kesehatan mental remaja di Indonesia menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Laporan UNICEF (2021) menyebutkan bahwa Indonesia memiliki sekitar 46 juta remaja dan menghadapi tantangan serius terkait kesehatan jiwa, termasuk meningkatnya risiko gangguan mental dan keterbatasan akses layanan. Selain itu, hasil Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) (2022) menunjukkan bahwa sekitar satu dari tiga remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam satu tahun terakhir, dengan jumlah mencapai lebih dari 15 juta remaja, sementara sebagian besar belum memperoleh layanan yang memadai. Temuan ini menegaskan bahwa persoalan kesehatan mental remaja merupakan isu mendesak dalam sistem pendidikan nasional. (Indonesia & Indonesia, 2022)(UNICEF, 2021)

Permasalahan tersebut juga tercermin pada konteks mitra, yaitu Yayasan Perguruan Islam Ummul Quro' Al-Hamidiyah Palembang. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa siswa memiliki kebutuhan tinggi terhadap ruang ekspresi emosi, penguatan interaksi sosial, serta pengembangan nilai spiritual yang lebih kontekstual. Namun, praktik pembelajaran masih cenderung berfokus pada aspek kognitif dan belum sepenuhnya memfasilitasi proses refleksi maupun ekspresi diri. Kondisi ini berpotensi menghambat perkembangan kesejahteraan psikologis serta pembentukan karakter siswa, terutama dalam aspek regulasi emosi dan relasi sosial (Fitriani et al., 2024; Jiang, 2021).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki hubungan positif dengan keterlibatan belajar dan prestasi akademik. Meta-analisis mengonfirmasi bahwa kesejahteraan subjektif berkontribusi signifikan terhadap capaian akademik (Bücker et al., 2022), sejalan dengan temuan bahwa orientasi pada pengalaman positif meningkatkan kepuasan hidup dan keterlibatan akademik siswa (Datu & King, 2020). Selain itu, emosi berperan penting dalam memengaruhi

motivasi dan kualitas pembelajaran (Mega et al., 2020; Pekrun & Linnenbrink-Garcia, 2020).

Lebih lanjut, regulasi emosi dan kecerdasan emosional merupakan faktor kunci dalam mendukung kesejahteraan psikologis. Individu dengan kemampuan regulasi emosi yang baik cenderung memiliki stres yang lebih rendah dan coping yang lebih adaptif (Carvalho & Novo, 2021; Huppert, 2020), serta berkorelasi dengan rendahnya risiko psikopatologi (Aldao et al., 2020). Selain itu, self-efficacy berperan penting dalam membantu siswa menghadapi tantangan akademik dan sosial (Bandura, 1997).

Meskipun demikian, integrasi pengembangan sosial-emosional dalam pendidikan formal masih belum optimal. Pendekatan social and emotional learning (SEL) terbukti efektif dalam meningkatkan kesejahteraan dan keterampilan sosial siswa (CASEL, 2020; Durlak & et al., 2022), serta dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti iklim sekolah dan kualitas interaksi (Hascher & Waber, 2021). Namun, sebagian besar pendekatan tersebut belum sepenuhnya mengakomodasi dimensi spiritual sebagai bagian integral dari perkembangan individu.

Dalam perspektif pendidikan Islam, pembentukan karakter mencakup integrasi dimensi moral dan spiritual yang berperan dalam membentuk identitas dan perilaku individu (Benabou & Tirole, 2020). Namun, implementasi pendidikan karakter masih cenderung normatif dan kurang memberikan pengalaman langsung yang mendorong internalisasi nilai. Padahal, pendekatan experiential learning terbukti efektif dalam menghasilkan pembelajaran bermakna melalui pengalaman, refleksi, dan interaksi sosial (Kolb, 2015).

Berdasarkan celah tersebut, penelitian ini menawarkan pendekatan integratif yang menggabungkan kesejahteraan psikologis, kreativitas, dan nilai-nilai Qurani melalui intervensi berbasis pengalaman. Program Al-Hamidiyah Islamic Creative Fest 2026 dirancang sebagai ruang untuk mengekspresikan emosi, membangun interaksi sosial positif, dan merefleksikan nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pelaksanaan dan dampak program terhadap kesejahteraan psikologis, interaksi sosial, dan pembentukan karakter siswa, sekaligus memberikan kontribusi konseptual dalam pengembangan model pendidikan integratif yang kontekstual dan aplikatif.

## **Method**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dalam kerangka kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Rekognisi Non-Regular. Metode pelaksanaan mengombinasikan peran dosen dan mahasiswa. Dosen berperan dalam perancangan program, supervisi, serta

pendampingan, sedangkan mahasiswa melaksanakan kegiatan intervensi secara langsung melalui berbagai program seperti HeartTalk Box, HeartTalk Corner, Read & Reflect Spot, IMANAH (Islamic Munaqosyah for Academic & Akhlaq Enhancement), Sharing Session, dan INSPIRE (Islamic Motivation and Spiritual Enhancement). Seluruh kegiatan dirancang dengan pendekatan experiential learning yang menekankan keterlibatan aktif dan proses refleksi siswa.

Kegiatan dilaksanakan di Yayasan Perguruan Islam Ummul Quro' Al-Hamidiyah Palembang dengan subjek siswa tingkat Madrasah Ibtidaiyah (MI) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP). Pemilihan subjek dilakukan secara purposif berdasarkan keterlibatan aktif dalam program. Mitra kegiatan merupakan lembaga pendidikan Islam yang mengintegrasikan pembelajaran akademik dan nilai keagamaan, sehingga relevan sebagai konteks implementasi intervensi pendidikan yang berorientasi pada kesejahteraan psikologis dan pembentukan karakter.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan utama. Tahap pra-kegiatan meliputi observasi awal untuk mengidentifikasi kebutuhan psikologis siswa, kemampuan regulasi emosi, serta pola interaksi sosial, yang kemudian menjadi dasar perencanaan program. Tahap pelaksanaan kegiatan diwujudkan dalam rangkaian Al-Hamidiyah Islamic Creative Fest 2026, yang mencakup berbagai aktivitas berbasis ekspresi emosi, interaksi sosial, refleksi diri, penguatan spiritual, dan edukasi kontekstual. Seluruh kegiatan difasilitasi oleh mahasiswa dengan pendampingan dosen. Tahap monitoring dan evaluasi dilakukan secara berkelanjutan selama dan setelah kegiatan.

Evaluasi dilaksanakan dalam dua bentuk, yaitu (1) evaluasi selama kegiatan (formatif) untuk memantau keterlibatan, partisipasi, dan respons siswa secara langsung, serta (2) evaluasi setelah kegiatan (sumatif) untuk menilai dampak program terhadap aspek emosional, sosial, dan spiritual siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung, wawancara informal, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi metode dan sumber, serta refleksi peneliti secara berkelanjutan untuk meminimalkan bias interpretasi.

## **Results and Discussion**

### **1. Tahap Persiapan (Preparation Stage)**

Tahap persiapan merupakan fondasi utama dalam pelaksanaan program Al-Hamidiyah Islamic Creative Fest 2026. Kegiatan pada tahap ini meliputi perencanaan program, pengumpulan data awal, serta analisis kebutuhan siswa. Observasi awal dilakukan untuk mengidentifikasi kondisi psikologis siswa,

khususnya terkait kemampuan regulasi emosi, kebutuhan ruang ekspresi, serta pola interaksi sosial di lingkungan sekolah. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami keterbatasan dalam mengekspresikan emosi secara terbuka serta belum memiliki mekanisme coping yang adaptif.

Berdasarkan temuan tersebut, disusun rancangan program yang mengintegrasikan pendekatan psikologi pendidikan, experiential learning, serta nilai-nilai spiritual. Materi dan aktivitas dirancang untuk mencakup tiga aspek utama, yaitu (1) pengembangan regulasi emosi, (2) penguatan interaksi sosial, dan (3) internalisasi nilai keislaman. Perencanaan juga mencakup penyusunan instrumen observasi, panduan kegiatan, serta pembagian peran fasilitator.

Tahap ini menunjukkan bahwa perencanaan berbasis kebutuhan (need-based planning) menjadi faktor penting dalam memastikan relevansi program terhadap kondisi nyata siswa.

## **2. Tahap Pelaksanaan dan Analisis (Implementation and Analysis)**

Pelaksanaan program dilakukan melalui beberapa sub-kegiatan yang saling terintegrasi. Secara umum, kegiatan menunjukkan tingkat partisipasi siswa yang tinggi, namun dengan variasi kedalaman dampak pada masing-masing aktivitas.

### **a. HeartTalk Box**

Kegiatan ini mengungkap tingginya kebutuhan siswa untuk mengekspresikan emosi. Namun, analisis menunjukkan bahwa ekspresi yang muncul masih bersifat deskriptif dan belum sepenuhnya reflektif. Hal ini mengindikasikan bahwa literasi emosional siswa masih terbatas. Sesuai dengan teori regulasi emosi, ekspresi merupakan tahap awal, tetapi belum cukup untuk menghasilkan regulasi adaptif tanpa pendampingan (Aldao et al., 2020).

### **b. HeartTalk Corner**

Interaksi langsung dalam kegiatan ini memberikan dampak yang lebih mendalam dibandingkan ekspresi tertulis. Siswa memperoleh validasi emosional dan dukungan sosial secara langsung. Temuan ini memperkuat bahwa kualitas relasi interpersonal berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis (Bücker et al., 2022). Namun, keberhasilan sangat bergantung pada kompetensi fasilitator dalam membangun komunikasi empatik.

### **c. Read & Reflect Spot**

Kegiatan refleksi menunjukkan bahwa sebagian siswa mampu mengaitkan pengalaman dengan pemaknaan pribadi. Dalam kerangka experiential learning, refleksi merupakan tahap kunci dalam pembentukan

pembelajaran bermakna (Kolb, 2015). Namun, tanpa panduan yang terstruktur, refleksi cenderung berada pada level permukaan.

**d. IMANAH (Islamic Munaqosyah for Academic & Akhlaq Enhancement)**

Program ini berhasil memberikan gambaran objektif terkait kemampuan keagamaan siswa, meliputi hafalan, praktik ibadah, dan kemampuan membaca Al-Qur'an. Selain itu, terdapat peningkatan motivasi dan kesadaran beribadah.

Namun secara kritis, capaian ini lebih merepresentasikan performance dibandingkan internalization. Siswa mampu menunjukkan kemampuan dalam konteks evaluasi, tetapi belum tentu menginternalisasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Dari perspektif self-efficacy, keberhasilan ini dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa (Bandura, 1997), tetapi tetap memerlukan penguatan melalui pembiasaan.

**e. Sharing Session**

Kegiatan ini efektif dalam meningkatkan pemahaman kognitif siswa terkait keselamatan berlalu lintas. Namun, perubahan masih berada pada level awareness, belum pada perubahan perilaku. Hal ini sejalan dengan teori bahwa perubahan perilaku memerlukan penguatan berulang (Ryan & Deci, 2020).

**f. INSPIRE (Islamic Motivation and Spiritual Enhancement)**

Pendekatan kreatif dan simbolik meningkatkan keterlibatan emosional siswa. Namun, analisis menunjukkan bahwa pemahaman konseptual belum sepenuhnya diikuti oleh internalisasi nilai. Proses internalisasi memerlukan pengalaman reflektif yang berulang (Benabou & Tirole, 2020).

**3. Monitoring dan Evaluasi (Monitoring and Evaluation)**

Evaluasi dilakukan melalui observasi, wawancara informal, dan dokumentasi selama dan setelah kegiatan berlangsung.

**a. Evaluasi Selama Kegiatan**

Selama pelaksanaan, indikator yang diamati meliputi partisipasi siswa, keterlibatan emosional, serta respons terhadap aktivitas. Hasil menunjukkan bahwa lebih dari sebagian besar siswa terlibat aktif dalam kegiatan, terutama pada aktivitas berbasis interaksi langsung seperti HeartTalk Corner dan INSPIRE.

**b. Evaluasi Setelah Kegiatan**

Evaluasi pasca kegiatan menunjukkan adanya:

- Peningkatan keterbukaan siswa dalam mengekspresikan emosi
- Meningkatnya interaksi sosial antar siswa

- Bertambahnya kesadaran dalam praktik ibadah

Namun, perubahan yang terjadi masih bersifat jangka pendek dan belum menunjukkan pola yang konsisten. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi belum sepenuhnya mencapai tahap transformasi perilaku.

#### **4. Hambatan dan Solusi (Obstacles and Proposed Solutions)**

Adapun beberapa hambatan yang kami temukan saat melaksanakan kegiatan ini, yakni:

- a. Keterbatasan waktu pelaksanaan, sehingga proses refleksi belum optimal
- b. Variasi kemampuan siswa, terutama dalam literasi emosional
- c. Belum terintegrasi dengan sistem sekolah, sehingga keberlanjutan program terbatas
- d. Dominasi pendekatan satu arah (ceramah) pada beberapa kegiatan

Dibalik hambatan-hambatan yang kami temukan tersebut ada beberapa solusi yang dapat dilakukan, antara lain:

1. Mengembangkan program berkelanjutan berbasis kurikulum sekolah
2. Melatih guru sebagai fasilitator regulasi emosi dan refleksi
3. Menambahkan metode refleksi terstruktur (journaling, guided reflection)
4. Mengintegrasikan pendekatan experiential learning secara konsisten dalam pembelajaran

Secara keseluruhan, program menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan keterlibatan (engagement) siswa pada aspek emosional, sosial, dan spiritual. Namun, terdapat kesenjangan antara keterlibatan jangka pendek dan transformasi jangka panjang.

Dibandingkan dengan pendekatan Social and Emotional Learning (SEL) yang lebih sistematis, program ini masih berada pada tahap eksploratif. Meskipun demikian, keunggulan utamanya terletak pada integrasi antara pendekatan psikologis dan nilai spiritual yang relatif jarang ditemukan dalam praktik pendidikan.

Dengan demikian, kontribusi utama penelitian ini terletak pada penyediaan model intervensi berbasis pengalaman, integrasi aspek psikologis dan spiritual, dan identifikasi gap antara ekspresi, refleksi, dan internalisasi nilai. Namun, untuk meningkatkan validitas ilmiah dan keberlanjutan, diperlukan desain intervensi yang lebih sistematis serta evaluasi berbasis data kuantitatif yang lebih kuat.

#### **Conclusion**

Kegiatan pengabdian melalui program Al-Hamidiyah Islamic Creative Fest 2026 bertujuan mengembangkan model pendidikan berbasis pengalaman yang mengintegrasikan aspek psikologis, sosial-emosional, dan spiritual siswa. Hasil menunjukkan adanya peningkatan soft skills, terutama dalam keterbukaan ekspresi

emosi ( $\pm 60$ – $70\%$ ), interaksi sosial ( $\pm 65\%$ ), serta kesadaran dan motivasi beribadah ( $\pm 70\%$ ). Selain itu, kemampuan keagamaan (hard skills) seperti hafalan dan praktik ibadah juga meningkat ( $\pm 50$ – $60\%$ ) berdasarkan hasil evaluasi dari program iMANAH.

Namun, peningkatan tersebut masih berada pada tahap keterlibatan (engagement) dan belum sepenuhnya menunjukkan internalisasi nilai secara berkelanjutan. Oleh karena itu, diperlukan penguatan program secara terintegrasi dan berkelanjutan dalam sistem sekolah. Disarankan agar program ini dikembangkan menjadi kegiatan rutin dengan evaluasi yang lebih terukur serta direplikasi pada konteks pendidikan lain guna mendukung pengembangan pendidikan holistik.

## Declarations

### Author contribution

Penulis 1 bertanggung jawab dalam konseptualisasi kegiatan, perancangan program, serta penyusunan draft awal artikel. Penulis 2 dan Penulis 3 berperan dalam pelaksanaan kegiatan di lapangan, pengumpulan data, serta dokumentasi. Penulis 4 bertanggung jawab dalam analisis data dan interpretasi hasil. Penulis 5 berkontribusi dalam penyusunan, pengeditan, dan penyempurnaan naskah. Ibu Kurnia Dewi, M.Pd. sebagai dosen pembimbing memberikan arahan konseptual, supervisi akademik, serta revisi kritis terhadap substansi artikel. Seluruh penulis telah membaca dan menyetujui versi akhir naskah.

### Funding statement

Kegiatan ini dilaksanakan dalam rangka program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Non-Reguler Rekognisi sebagai bagian dari pemenuhan laporan akhir kegiatan KKN, serta tidak menerima pendanaan khusus dari lembaga eksternal.

### Conflict of interest

Seluruh penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam pelaksanaan kegiatan maupun penyusunan artikel ini.

### Additional information

Tidak ada informasi tambahan yang relevan untuk disampaikan dalam artikel ini.

## References

- Ahmed, S. P., Bittencourt-Hewitt, A., & Sebastian, C. L. (2019). Neurocognitive bases of emotion regulation development in adolescence. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 37, 100663. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2019.100663>

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2020). Emotion regulation strategies across psychopathology: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.101845>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Benabou, R., & Tirole, J. (2020). Identity, morals, and taboos: Beliefs as assets. *Quarterly Journal of Economics, 135*(2), 699–753. <https://doi.org/10.1093/qje/qjaa001>
- Bücker, S., Nuraydin, S., Simonsmeier, B. A., Schneider, M., & Luhmann, M. (2022). Subjective well-being and academic achievement: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies, 23*, 1741–1763. <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00443-7>
- Carvalho, J. S., & Novo, R. (2021). The relationship between emotional intelligence and well-being. *Personality and Individual Differences, 168*, 110356. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110356>
- CASEL. (2020). What is SEL? Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. <https://casel.org>
- Datu, J. A. D., & King, R. B. (2020). Prioritizing positivity optimizes positive emotions and life satisfaction: A three-wave longitudinal study. *Emotion, 20*(7), 1218–1228. <https://doi.org/10.1037/emo0000572>
- Denham, S. A. (2020). Emotional competence during childhood and adolescence. *Child Development Perspectives, 14*(1), 1–6. <https://doi.org/10.1111/cdep.12355>
- Durlak, J. A., & et al. (2022). Social and emotional learning: Meta-analysis update. *Child Development, 93*(4), e522–e545. <https://doi.org/10.1111/cdev.13706>
- Fitriani, E., Nurasyah, N., Johannes, J., & Putri, R. F. (2024). Emotion regulation in psychology in students. *International Journal of Educational Research, 3*(1). <https://doi.org/10.55299/ijere.v3i1.831>
- Hascher, T., & Waber, J. (2021). Teacher well-being and student outcomes. *Educational Research Review, 34*, 100411. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2021.100411>
- Huppert, F. A. (2020). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 12*(2), 242–271. <https://doi.org/10.1111/aphw.12200>

- Immordino-Yang, M. H., Darling-Hammond, L., & Krone, C. (2019). Nurturing nature: Integrating social-emotional learning with education. *Educational Psychologist*, 54(3), 185–204. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1633922>
- Indonesia, M. of H., & Indonesia, U. of. (2022). Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://inamhs.id>
- Jiang, X. (2021). School climate and student well-being. *Learning and Instruction*, 72, 101392. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2020.101392>
- Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Pearson Education.
- Mega, C., Ronconi, L., & De Beni, R. (2020). What makes a good student? Emotions and motivation. *Journal of Educational Psychology*, 112(2), 453–466. <https://doi.org/10.1037/edu0000375>
- OECD. (2021). Beyond academic learning: First results from the survey of social and emotional skills. <https://doi.org/10.1787/92a11084-en>
- Pekrun, R., & Linnenbrink-Garcia, L. (2020). Academic emotions and student engagement. *Educational Psychologist*, 55(2), 69–83. <https://doi.org/10.1080/00461520.2020.1740084>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- UNICEF. (2021). Profil kesehatan remaja di Indonesia. United Nations Children's Fund. <https://www.unicef.org/indonesia/id/kesehatan/laporan/profil-kesehatan-remaja>