

Layanan Konseling Kelompok Teknik Terapi Bermain untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa

Abdul Kholiq^{1*}, Rahmawati Prihastuty¹, Nirma Latifatul Khafidhoh², Indri Yani¹

¹Universitas Negeri Semarang, Indonesia

²MTs Negeri 2 Purbalingga, Indonesia

*abdulkholiq@mail.unnes.ac.id

Abstract. *Students these days face a variety of situations that affect their psychological well-being. Various phenomena found in the field are students complaining about the change in learning mode to offline, pressure from the social environment both at home and at school, and lack of assistance from counselors at school. The purpose of this study is to find whether play therapy technique group counseling services can be used to help facilitate the improvement of students' psychological well-being. The method used was a literature study. Literature was collected from various national and international journals within the last 10 years with the keywords of students' psychological well-being, group counseling services, and play therapy. The collected data were then analyzed, evaluated, and interpreted. The results of the study contribute to the science of guidance and counseling and other sciences that one of the interventions to improve students' psychological well-being that is effectively used is group counseling services with play therapy techniques. The discussion of the article includes a specification of the aspects of students' psychological well-being that are improved as well as a description of the group counseling services of play therapy techniques.*

Keywords: *Psychological Wellbeing; Counseling; Students; Play Therapy*

Abstrak. Siswa akhir-akhir ini menghadapi berbagai macam situasi yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya. Berbagai fenomena yang ditemukan di lapangan ialah siswa mengeluhkan perubahan mode pembelajaran ke luring, tekanan dari lingkungan sosial baik di rumah maupun di sekolah, serta kurangnya pendampingan dari konselor di sekolah. Tujuan kajian ini adalah untuk menemukan apakah layanan konseling kelompok teknik terapi bermain dapat digunakan untuk membantu memfasilitasi peningkatan kesejahteraan psikologis siswa. Metode yang digunakan adalah studi literatur. Literatur dikumpulkan dari berbagai jurnal nasional dan internasional maksimal 10 tahun terakhir dengan kata kunci kesejahteraan psikologis siswa, layanan konseling kelompok, dan terapi bermain. Data yang terkumpul kemudian dianalisis, dievaluasi, dan diinterpretasikan. Hasil kajian berkontribusi pada keilmuan bimbingan dan konseling serta keilmuan lainnya bahwa salah satu intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa yang efektif digunakan adalah layanan konseling kelompok teknik terapi bermain. Pembahasan artikel mencakup spesifikasi aspek kesejahteraan psikologis siswa yang ditingkatkan serta deskripsi layanan konseling kelompok teknik terapi bermain.

Kata kunci: Kesejahteraan Psikologis, Konseling, Siswa, Terapi Bermain

How to Cite: Kholiq, A., Prihastuty, R., Khafidhoh, N. L., & Yani, I. (2023). Layanan Konseling Kelompok Teknik Terapi Bermain Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa. *AGCAF: Annual Guidance and Counseling Academic Forum* (2023), 119-124.

PENDAHULUAN

Media massa setiap saat memberitakan peristiwa yang mengejutkan tentang siswa di sekolah. Di antara berbagai jenis berita, ditemukan berbagai fenomena yang terjadi pada siswa khususnya yang berusia remaja akibat perubahan mode pembelajaran daring ke luring, tekanan dari lingkungan sosial baik di rumah maupun di sekolah, serta kurangnya pendampingan dari konselor di sekolah. Pandemi dan transisi pasca pandemi memberikan dampak negatif bagi kesejahteraan psikologis remaja (Zolopa et al., 2022). Terdapat Sebagian besar remaja mengemukakan bahwa tekanan pada saat ujian merupakan tekanan yang berdampak buruk bagi kesehatan mentalnya (Cowburn and Blow, 2017). Sedangkan di Indonesia, terdapat 44% siswa mengalami stres dalam menghadapi ujian dan tugas, 12% remaja yang diliputi kegalauan akibat rasa takut tidak naik kelas (Maharani, 2015).

Selain itu, siswa usia remaja sedang mengalami fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa (Dewi et al., 2021; O'Reilly, M & Whiteman, 2018). Perubahan fisiologis, kognitif,

sosial dan lingkungan mempengaruhi bagaimana remaja tumbuh dan berkembang sehingga dikenal sebagai fase krusial (John Arboleda, 2022). Fase tersebut menjadikan remaja senang mencoba hal-hal baru tanpa melihat dampak yang ditimbulkan padanya. Hal tersebut memungkinkan remaja mengalami kebingungan dalam melewati fase remaja (Jannah, 2016). Selain itu, perkembangan psikologis yang dialami oleh remaja dapat menimbulkan permasalahan saat mereka menyesuaikan diri dengan peran barunya (Misero and Hawadi, 2012). Remaja sedang mengalami fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa (Dewi et al., 2021; O'Reilly, M & Whiteman, 2018).

Mendeskripsikan secara lebih rinci fenomena yang terjadi, hasil penelitian awal menunjukkan bahwa siswa di sekolah menengah pertama dan atas di Jawa Tengah menunjukkan kesejahteraan psikologis yang sedang. Ditelusuri secara mendalam, sebuah MTs Negeri di Purbalingga menunjukkan rendahnya kesejahteraan psikologis pada aspek kemandirian, penguasaan lingkungan, dan hubungan positif. Berbagai macam upaya sudah dilakukan, namun kondisi siswa masih belum meningkat kesejahteraan psikologisnya pada ketiga aspek tersebut. Sementara itu, di sekolah tersebut belum pernah dilakukan layanan konseling kelompok teknik terapi bermain. Ditambah lagi, setelah dilakukan penelusuran belum ditemukan penelitian yang menjelaskan apakah layanan konseling kelompok teknik terapi bermain dapat digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Artikel ini membahas kajian dengan metode studi literatur mengenai permasalahan tersebut sehingga akan dihasilkan simpulan apakah layanan konseling kelompok teknik terapi bermain secara teori dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Hasil kajian dapat ditindaklanjuti dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat atau penelitian eksperimen untuk menguji coba layanan konseling kelompok teknik terapi bermain tersebut.

METODE

Metode penelitian adalah studi literatur sistematis pada referensi yang kredibel. Langkah yang dilakukan adalah perencanaan, pelaksanaan, dan pelaporan. Perencanaan meliputi penyusunan formulasi penelitian yaitu apakah layanan konseling kelompok teknik terapi bermain dapat digunakan untuk membantu memfasilitasi peningkatan kesejahteraan psikologis siswa. Kata kunci pencarian: layanan konseling kelompok teknik terapi bermain dan kesejahteraan psikologis siswa pada mesin pencari <https://google.com> dan <https://scholar.google.com> dalam batasan publikasi 10 tahun terakhir dari 2023.

Pada tahap pelaksanaan, ditemukan 9 publikasi pada kata kunci layanan konseling teknik terapi bermain dan 4 publikasi pada kata kunci kesejahteraan psikologis siswa. Selanjutnya, pada tahap pelaporan dilakukan analisis kesesuaian artikel yang diperoleh dengan topik penelitian. Dikarenakan belum ditemukan hasil publikasi pada topik layanan konseling kelompok teknik terapi bermain dengan kesejahteraan psikologis siswa, maka artikel yang diperoleh dibahas menggunakan teori terapi bermain pada kelompok (Henderson dan Thompson, 2015) dan kesejahteraan psikologis siswa (Ryff, 2013). Lalu pada tahap pelaporan, diinterpretasikan jawaban atas formulasi penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang ditemukan dalam penelitian menunjukkan bahwa belum ada penelitian yang sama dengan topik layanan konseling kelompok teknik terapi bermain untuk memfasilitasi peningkatan kesejahteraan psikologis siswa. Teori dasar yang digunakan dalam studi literatur adalah konsep kesejahteraan psikologis siswa (Ryff, 2013) meliputi aspek tujuan hidup, penguasaan lingkungan, hubungan positif, perkembangan diri, kemandirian, dan penerimaan diri. Berikut merupakan hasil studi literatur pada kata kunci penelitian beserta pembahasannya.

1. Urgensi penelitian tentang kesejahteraan psikologis siswa

Prabowo (2016) menyebutkan bahwa kenakalan remaja di Indonesia semakin memprihatinkan dan menjadi masalah sosial yang kritis karena telah mengarah pada berbagai bentuk tindakan kriminalitas. Hasil analisa dokumentasi dan pengamatan di sekolah banyak ditemukan siswa yang membolos, untuk itu diperlukan adanya perbaikan (Kusumaningtyas, 2016). Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih banyaknya siswa siswi tingkat sekolah menengah yang melakukan tindakan *bullying*, baik *bullying* verbal maupun non verbal (Wulandari & Anggi, 2019). Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis remaja dapat menjadi tumpuan bagi remaja dalam menghadapi masa remaja yang kritis dan penuh gejolak. Merespons hal ini, perubahan fisiologis, kognitif, sosial dan lingkungan dapat mempengaruhi bagaimana remaja tumbuh dan berkembang sehingga dikenal sebagai fase krusial (John Arboleda, 2022). Kondisi krusial tersebut diperparah dengan kondisi ketika pandemi yakni rata-rata kesejahteraan psikologis terganggu dengan stres dan ketakutan (Sumakul dan Ruata, 2020).

Diperlukan penanganan lebih lanjut agar kesejahteraan psikologis siswa menjadi tinggi agar siswa mampu melewati tugas-tugas perkembangan, menghadapi tantangan, menjalankan hidupnya dengan bahagia, tenang dan bisa mengatasi segala masalah yang dihadapi (Ramadhani, 2016).

2. Aspek kesejahteraan psikologis siswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di sekolah menengah kejuruan memiliki kesejahteraan psikologis sedang. Dimensi yang paling besar pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis remaja adalah penguasaan lingkungan yaitu remaja merasa senang apabila mampu mengelola lingkungannya dengan baik. (Prabowo, 2016).

3. Hubungan antara kesejahteraan psikologis siswa dengan variabel terkait

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kesejahteraan mental dengan penyesuaian diri, hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis siswa maka penyesuaian diri juga semakin tinggi (Wulandari, 2016).

4. Hubungan antara layanan konseling kelompok Teknik terapi bermain dengan variabel terkait

Layanan Konseling kelompok salah satu layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok (Kusumaningtyas, 2016). Sedangkan *Play therapy* adalah terapi bermain untuk membantu anak yang memiliki masalah emosional, kecemasan karena stres, tekanan, atau depresi (Kusumaningtyas, 2016; Harisun, 2022). Secara lebih jauh, penggunaan terapi bermain dalam konseling kelompok membantu menciptakan suasana santai dan menyenangkan. Selain itu, dapat membantu anggota untuk saling mengenal, yang pada gilirannya dapat menimbulkan siswa saling berbagi pengalaman, penghargaan, memberi saran, saling menjaga rahasia, dan menumbuhkan tekad untuk memecahkan masalah bersama. Dengan demikian, masalah yang dipecahkan secara alami dapat didiskusikan dan diselesaikan oleh masing-masing individu.

Melalui kegiatan terapi bermain siswa menjadi senang, akrab dan tidak canggung (Harisun, 2022). Terapi bermain dilakukan sebelum, selama, dan setelah konseling kelompok (Purwati, 2019). Jenis terapi bermain termasuk membangun menara, bola estafet, korek api, kacang nuklir, kucing mengejar tikus, kata-kata terkait, dan sandiwara (Aqib, 2014). Salah satu teknik yang bisa dilaksanakan adalah terapi bermain dengan mengungus kearifan lokal Indonesia. Kearifan lokal yang bisa digunakan adalah berbagai macam permainan tradisional, seperti engklek, gobak sodor, dan dakon (Widiasari dkk., 2016).

Melalui konseling kelompok dengan teknik bermain peran, individu dapat mengatasi masalah interaksi sosialnya dengan orang lain, menyadari peran dirinya sendiri dalam

kehidupan, dan membantu memecahkan masalah serupa dalam kelompoknya (Herlina, 2015).

Layanan konseling kelompok teknik terapi bermain efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa (Himawati, 2020). Peningkatan kepercayaan diri siswa ditandai dengan perubahan perilaku siswa yang tadinya terlihat gugup ketika berbicara di hadapan teman-temannya, bersuara lirih ketika berpendapat dalam diskusi kelompok menjadi lebih percaya diri dan mau mengemukakan pendapat ketika berdiskusi. tidak malu berbicara di depan teman temannya, mau bersikap terbuka terhadap teman-temannya.

Menguatkan hasil penelitian sebelumnya, layanan konseling kelompok melalui teknik *play therapy* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa (Ariyanti, Saam, & Yakub, 2022; Setiowati, 2016). Jenis permainan yang dipilih untuk meningkatkan percaya diri yakni permainan yang menyediakan kesempatan secara luas kepada konseli untuk mengeksplorasi diri agar mampu menunjukkan kualitas diri mereka di hadapan teman yang lainnya (Setiowati, 2016).

Sementara menurut konsep kesejahteraan psikologis siswa Ryff (2013), kepercayaan diri berhubungan dengan aspek penguasaan lingkungan, hubungan positif, perkembangan diri, kemandirian, dan penerimaan diri. Dengan demikian maka konseling kelompok dengan Teknik terapi bermain efektif untuk meningkatkan lima dari enam aspek kesejahteraan psikologis siswa.

Layanan konseling kelompok dengan Teknik terapi bermain efektif untuk mengurangi perilaku *bullying* (Wulandari & Anggi, 2019). Anggota kelompok sudah memahami dengan baik mengenai *bullying* dan sudah mulai menjauhi serta sudah ada beberapa yang benar-benar tidak melakukan tindakan *bullying* lagi. Sementara model konseling kelompok berbasis terapi bermain asosiasi dapat dijadikan sebagai metode alternatif yang bisa dipilih dan digunakan dalam menangani masalah keterampilan sosial siswa (Utomo, 2021). Dalam hal ini, berdasarkan konsep kesejahteraan psikologis Ryff (2013), maka layanan konseling kelompok teknik terapi bermain berkontribusi terhadap perkembangan aspek penguasaan lingkungan dan pembinaan hubungan positif.

5. Analisis dan pembahasan

Membahas hasil-hasil penelitian terdahulu yang berkaitan, layanan *group play therapy* memiliki tujuan untuk memfasilitasi kepercayaan untuk diri sendiri dan orang lain; pengetahuan diri; pengenalan kesamaan kebutuhan anggota; penerimaan diri dan orang lain; kepedulian dan kasih sayang bagi orang lain; penemuan cara-cara alternatif untuk *coping*; peningkatan pengarahan diri sendiri, saling ketergantungan, dan tanggung jawab untuk diri sendiri dan orang lain; kesadaran akan pilihan; perencanaan; membangun keterampilan sosial; meningkatkan sensitivitas; belajar bagaimana menantang diri dengan kepedulian, perhatian, kejujuran, dan keterusterangan; dan kejelasan nilai-nilai (Corey, 2012).

Sedangkan beberapa kriteria untuk menilai perkembangan siswa selama terapi bermain adalah anak datang dengan tingkat percaya dan lebih santai; anak terlihat lebih percaya diri; anak dapat menyimpulkan apa yang baru terjadi serta apa pembelajarannya; hubungan anak dengan orang tua lebih harmonis; pola bermain, interaksi, dan bahasa tubuh berubah; dan anak terbuka terhadap permasalahan atau perhatian (Henderson dan Thompson, 2015).

Melalui kegiatan dalam konseling kelompok, anak-anak akan memiliki pengalaman yang membantu mereka belajar berfungsi dengan baik, mengeksplorasi tindakan mereka, mengembangkan toleransi, dan menemukan kebahagiaan dalam bekerja dengan orang lain. Kelompok memberikan kesempatan untuk belajar sesuatu seolah mereka mengalami sendiri, pertumbuhan diri, dan eksplorasi diri. Hal tersebut selaras dengan konsep pengembangan aspek-aspek kesejahteraan psikologis siswa (Corey, 2012). Oleh karena itu, maka dapat disimpulkan bahwa berdasarkan kajian literatur layanan konseling kelompok

teknik terapi bermain dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

SIMPULAN

Disimpulkan bahwa secara teori layanan konseling kelompok teknik terapi bermain dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Layanan konseling kelompok teknik terapi bermain dapat memberikan berbagai keuntungan bagi siswa. Keuntungan tersebut berhubungan dengan aspek-aspek kesejahteraan psikologis. Aspek kesejahteraan psikologis yang meningkat secara spesifik minimal satu dari enam aspek maka layanan konseling kelompok dinyatakan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Setelah kajian teoritis, maka disarankan agar peneliti melakukan penelitian dengan desain eksperimen untuk menguji sejauh mana peningkatan kesejahteraan psikologis siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik terapi bermain.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Z. (2014). Peningkatan Profesionalitas Guru Untuk Mengentaskan Masalah Siswa Dengan Teknik Asosiasi Bebas dan Play Therapy Dalam Konseling Kelompok di SMK Muhammadiyah 1 Berbek Kab. Nganjuk. *Jurnal Wahana Universitas PGRI Adi Buana Surabaya*, 62 (1). <https://doi.org/10.36456/wahana.v62i1.1357>
- Ariyanti, S., Saam, Z. ., & Yakub, E. . (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Melalui Teknik Play Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 23 Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(3), 1345–1350. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i3.4843>
- Cowburn, A. and Blow, M. (2017). Wise up: Prioritising wellbeing in schools. Available at: <https://youngminds.org.uk/media/1428/wise-up-prioritising-wellbeing-in-schools.pdf>.
- Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Group Counseling, Eighth Edition*. <https://doi.org/10.1016/B978-012673031-9/50018-6>
- Dewi, L., Tentama, F., & Diponegoro, A. M. (2021). Subjective well-being: Mental health study among student in the islamic boarding school. *International Journal of Public Health Science*, 10(1), 146–158. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v10i1.20610>
- Harisun, H. (2022). Peningkatan Profesionalitas Guru Untuk Mengentaskan Masalah Siswa Dengan Teknik Asosiasi Bebas Dan Play Therapy Dalam Konseling Kelompok Di Uptd Sdn Lepelle 1 Kecamatan Robatal Kabupaten Sampang. *Jisos: Jurnal Ilmu Sosial*, 1(11), 1087–1100.
- Henderson, D. A. dan Thompson, C. L. (2015). *Counseling Children: ninth edition*. USA: Cengage Learning.
- Herlina, U. (2015). Teknik Role Playing Dalam Konseling Kelompok. *Jurnal Social Horizon*, 2 (1). <https://doi.org/10.31571/sosial.v2i1.55>
- Himawati, R. (2020). Efektifitas Konseling Kelompok Melalui Teknik Play Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Penelitian pada kelas XI Farmasi SMK Bumantara Muntilan). *Other thesis, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang*.
- Jannah, M. (2016) ‘Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam Adolescence ’ S Task and Development in Islam’, *Jurnal Psikoislamedia*, 1(April), pp. 243–256.
- John Arboleda, D. D. (2022). The Quality of Sleep and Psychological Well-Being of Senior High School Students. *Psychology And Education: A Multidisciplinary Journal*, 1(1), 57–62. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6523128>
- Kusumaningtyas, A. S. (2016). Layanan Konseling Kelompok Teknik Play Terapi Untuk Mengatasi Siswa Membolos. *Seminar Nasional Bimbingan Konseling UNESA, Vol. 1 (1)*.
- Maharani, E. (2015) ‘Psikolog: 44 Persen Remaja Stres Hadapi Ujian’, Republika.co.id.
- Misero, P. S. and Hawadi, L. F. (2012) ‘Adjustment Problems dan Psychological Well-Being

- pada Siswa Akseleran (Studi Korelasional pada SMPN 19 Jakarta dan SMP Labschool Kebayoran Baru)', *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), pp. 68–80.
- O'Reilly, M. N., & Whiteman. (2018). Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry* (Vol. 4, Issue 1).
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(2), 246–260. <https://doi.org/10.22219/jipt.v4i2.3527>
- Purwati, S. (2019). Peningkatan profesionalitas guru untuk mengentaskan masalah siswa dengan teknik asosiasi bebas dan play therapy dalam konseling kelompok. *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar dan Pembelajaran*, Vol. 9 (2), 214 – 219. Doi: 10.25273/pe.v9i2.4909
- Ramadhani, T . (2016) Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa Yang Orangnya Bercerai (Studi Deskriptif yang Dilakukan pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta). *Sarjana thesis*, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA.
- Ryff, C. D. (2013). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychother Psychosom* 2014;83:10–28. DOI: 10.1159/000353263
- Setiowati, A. (2016). Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Teknik Permainan Pada Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan & Konseling*, vol. 2 (1).
- Sumakul, Y. dan Ruata, S. (2020). Kesejahteraan Psikologis Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Journal Of Psychology "HUMANLIGHT"*, Vol. 1 (1). <https://doi.org/10.51667/jph.v1i1.302>
- Utomo, P. (2021). Model Konseling Kelompok Berbasis Terapi Bermain Asosiatif untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa ABK. Al-Isyrof: *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3 (2), 56–72. <https://doi.org/10.51339/isyrof.v3i2.329>
- Widiasari, S. (2016). Play Therapy Berbasis Kearifan Lokal: Peluang Implementasi Teknik Konseling Di Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal CARE*, Vol. 4 (1).
- Wulandari, S. (2016). HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS X SMK SANTA MARIA JAKARTA. *Jurnal Psiko-Edukasi*, Oktober Vol.14 2016, (94-100).
- Wulandari dan Anggi, S. (2019). Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dengan Metode Play Therapy Untuk Mengurangi Masalah Bullying Siswa Di Kelas VIII SMP Pab Helvetia Medan Tahun Ajaran 2018/2019. *Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling*, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Zolopa, C., Burack, J. A., O'Connor, R. M., Corran, C., Lai, J., Bomfim, E., DeGrace, S., Dumont, J., Larney, S., & Wendt, D. C. (2022). Changes in Youth Mental Health, Psychological Wellbeing, and Substance Use During the COVID-19 Pandemic: A Rapid Review. *Adolescent Research Review*, 7(2), 161–177. <https://doi.org/10.1007/s40894-022-00185-6>.