

# Resiliensi Anak dan Remaja: Strategi Menghadapi Tantangan dan Tekanan

Irma Suryani Sulaeman<sup>1\*</sup>, Fadhilah Ahmad Qaniah<sup>2</sup>, Khusnul Khatimah<sup>3</sup>

<sup>1\*</sup>Department of Psychology, Makassar State University, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia.

<sup>23</sup>Department of Education, Gorontalo State University, Gorontalo, Kota Gorontalo, Indonesia.

\*Corresponding author. E-mail: irmasuryanis03@gmail.com;

## Abstrak

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi dan pulih kembali dari pengalaman traumatis atau stressful. Pada anak dan remaja, resiliensi memainkan peran crucial dalam perkembangan psikologis yang sehat dan kemampuan menghadapi berbagai tantangan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis strategi-strategi yang dapat meningkatkan resiliensi anak dan remaja melalui kajian literatur sistematis. Kajian literatur ini menggunakan pendekatan systematic review dengan menganalisis 25 artikel dari berbagai database akademik yang dipublikasikan antara tahun 2010-2024. Artikel dipilih berdasarkan kriteria: (1) fokus pada resiliensi anak dan remaja usia 6-18 tahun, (2) menyajikan strategi atau intervensi resiliensi, (3) publikasi dalam jurnal peer-reviewed, dan (4) metodologi penelitian yang robust. Analisis menunjukkan bahwa resiliensi anak dan remaja dipengaruhi oleh enam kategori utama: (1) Faktor individual (self-efficacy, emotional regulation, cognitive flexibility), (2) Faktor keluarga (parenting style, family cohesion, communication patterns), (3) Faktor sekolah (teacher support, peer relationships, school climate), (4) Faktor komunitas (social support, cultural values, community resources), (5) Strategi coping (problem-focused, emotion-focused, meaning-making), dan (6) Program intervensi (skill-building, therapy-based, preventive programs). Resiliensi anak dan remaja bersifat multidimensional dan dapat dikembangkan melalui intervensi yang tepat. Pemahaman komprehensif terhadap faktor-faktor ini penting untuk mengembangkan program yang efektif guna meningkatkan resiliensi dan kesehatan mental anak dan remaja.

**Kata kunci:** Resiliensi, Anak, Remaja, Systematic Literature Review

## Abstract

*Resilience refers to an individual's ability to adapt and recover from traumatic or stressful experiences. In children and adolescents, resilience plays a crucial role in healthy psychological development and the ability to face various life challenges. This study aims to identify and analyze strategies that can enhance resilience in children and adolescents through a systematic literature review. This literature review uses a systematic review approach by analyzing 25 articles from various academic databases published between 2010-2024. Articles were selected based on criteria: (1) focus on resilience in children and adolescents aged 6-18 years, (2) presenting resilience strategies or interventions, (3) publication in peer-reviewed journals, and (4) robust research methodology. The analysis shows that resilience in children and adolescents is influenced by six main categories: (1) Individual factors (self-efficacy, emotional regulation, cognitive flexibility), (2) Family factors (parenting style, family cohesion, communication patterns), (3) School factors (teacher support, peer relationships, school climate), (4) Community factors (social support, cultural values, community resources), (5) Coping strategies (problem-focused, emotion-focused, meaning-making), and (6) Intervention programs (skill-building, therapy-based, preventive programs). Resilience in children and adolescents is multidimensional and can be developed through appropriate interventions. A comprehensive understanding of these factors is essential for developing effective programs to enhance resilience and mental health in children and adolescents.*

**Keywords:** Resilience, Child, Adolescence, Systematic Literature Review

Submitted: August 2025; Reviewed: December 2025; Accepted: June 2026

## 1. Pendahuluan

Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif dan mempertahankan kompetensi meskipun menghadapi adversity, trauma, atau stres yang signifikan (Masten, 2018). Dalam konteks perkembangan anak dan remaja, resiliensi menjadi aspek fundamental yang tidak hanya mempengaruhi kemampuan mengatasi tantangan saat ini, tetapi juga membentuk foundation untuk kesehatan mental dan kesejahteraan di masa dewasa (Luthar et al., 2015).

Anak dan remaja menghadapi berbagai tantangan unik dalam perkembangan mereka, mulai dari tekanan akademik, perubahan fisik dan emosional, peer pressure, hingga perubahan struktur keluarga dan dinamika sosial (Rutter, 2012). Pandemi COVID-19 telah menambah kompleksitas tantangan yang dihadapi generasi muda, dengan meningkatnya kasus depresi, kecemasan, dan masalah kesehatan mental lainnya (Loades et al., 2020).

Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa anak dan remaja yang memiliki tingkat resiliensi tinggi cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik, hubungan sosial yang lebih sehat, dan tingkat gangguan mental yang lebih rendah (Werner & Smith, 2001; Masten & Motti-Stefanidi, 2020). Sebaliknya, rendahnya resiliensi dikaitkan dengan berbagai outcome negatif termasuk perilaku berisiko, masalah eksternalizing dan internalizing, serta kesulitan adaptasi sosial (Cicchetti, 2013).

Meskipun pentingnya resiliensi telah diakui secara luas, masih terdapat variasi dalam pemahaman mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap pengembangan resiliensi dan strategi-strategi yang paling efektif untuk meningkatkannya. Penelitian-penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang beragam tergantung pada konteks budaya, usia, dan jenis adversity yang dihadapi (Ungar, 2021).

Konteks budaya dan sosioekonomi yang berbeda-beda menunjukkan bahwa resiliensi tidak dapat dipahami sebagai konstruk universal, melainkan perlu mempertimbangkan nilai-nilai lokal, sumber daya komunitas, dan norma-norma sosial yang berlaku (Theron & Liebenberg, 2015). Hal ini mengindikasikan perlunya sintesis literatur yang dapat mengidentifikasi prinsip-prinsip universal sekaligus mempertimbangkan variasi kontekstual dalam pengembangan resiliensi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kajian literatur ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi anak dan remaja berdasarkan bukti empiris, (2) menganalisis strategi-strategi yang terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi, (3) menyintesis temuan penelitian untuk mengembangkan model komprehensif tentang resiliensi anak dan remaja, dan (4) memberikan rekomendasi untuk praktik dan penelitian di masa depan.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan systematic literature review untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi anak dan remaja serta strategi-strategi untuk meningkatkannya. Systematic review dipilih karena dapat memberikan sintesis yang komprehensif dan objektif dari bukti-bukti empiris yang tersedia dalam literatur ilmiah.

Pencarian literatur dilakukan melalui beberapa database elektronik termasuk PsycINFO, PubMed/MEDLINE, Web of Science, dan Google Scholar dengan menggunakan kombinasi kata kunci sebagai berikut: "*resilience*" AND "*children*" OR "*adolescents*", "*psychological resilience*" AND "*youth*", "*coping strategies*" AND "*children*" AND "*adversity*", "*protective*

*factors*" AND "*child development*", "*resilience interventions*" AND "*school-age*", "*family resilience*" AND "*adolescent*", "*community resilience*" AND "*youth development*". Pencarian dilakukan dalam bahasa Inggris dan Indonesia dengan fokus pada publikasi yang tersedia dalam format full-text.

Proses seleksi artikel dilakukan melalui tahapan berikut: Tahap 1 adalah Pencarian Awal: Pencarian awal menghasilkan 284 artikel potensial dari berbagai database. Tahap 2 adalah Screening Judul dan Abstrak: Screening berdasarkan judul dan abstrak menghasilkan 68 artikel yang relevan. Tahap 3 adalah Evaluasi Full-Text: Evaluasi full-text terhadap kriteria inklusi dan eksklusi menghasilkan 35 artikel. Tahap 4 adalah Penilaian Kualitas: Penilaian kualitas metodologi menghasilkan 25 artikel berkualitas tinggi yang digunakan dalam analisis final

### 3. Hasil

Dari 25 artikel yang dianalisis, mayoritas penelitian (48%) menggunakan desain cross-sectional survey, 24% menggunakan mixed methods, 16% menggunakan pendekatan longitudinal, 8% menggunakan desain eksperimental, dan 4% menggunakan meta-analisis. Sampel penelitian bervariasi dari 150 hingga lebih dari 2000 partisipan, dengan sebagian besar penelitian (72%) melibatkan anak dan remaja usia sekolah (6-18 tahun), sementara 28% fokus pada rentang usia yang lebih spesifik.

**Tabel 1. Ringkasan Artikel yang Dikaji dalam Literature Review**

No	Author (Tahun)	Sampel Partisipan	Metode Penelitian	Faktor Resiliensi yang Diteliti	Sumber/DOI
1	Masten & Motti-Stefanidi (2020)	Meta-analisis dari berbagai studi	Systematic review & meta-analysis	Adaptive capacity, Developmental systems, Cultural context	Development and Psychopathology
2	Ungar et al. (2019)	1,451 remaja dari 14 negara	Multi-site longitudinal	Social-ecological factors, Cultural pathways to resilience, Community resources	Child Development
3	Luthar & Eisenberg (2017)	2,100 anak dan remaja	Cross-sectional survey	Socioeconomic adversity, Parental support, School connectedness	Clinical Child and Family Psychology Review
4	Theron et al. (2021)	856 remaja Afrika Selatan	Mixed methods	Cultural resilience processes, Community assets, Indigenous strengths	Journal of Adolescence
5	Dvorsky et al. (2019)	378 remaja	Longitudinal study	Executive functioning, Academic resilience, Family support	Journal of Clinical Child Psychology
6	Sanders et al. (2018)	1,200 anak sekolah dasar	Randomized controlled trial	Social-emotional. Learning, Mindfulness training, Peer support groups	School Psychology Review
7	Liu et al. (2020)	945 remaja	Cross-sectional survey	Academic stress, Family cohesion, Coping strategies	Journal of School Psychology
8	Goldstein & Brooks (2021)	567 anak	Intervention study	Post-traumatic growth, Narrative therapy, Meaning-making	Child Abuse & Neglect
9	Rutter &	Literature	25-year	Gene-environment	Journal of Child

No	Author (Tahun)	Sampel Partisipan	Metode Penelitian	Faktor Resiliensi yang Diteliti	Sumber/DOI
	Sonuga-Barke (2010)	Review	follow-up	interaction, Developmental timing, Recovery processes	Psychology
10	Bonanno et al. (2018)	823 remaja pasca-bencana	Longitudinal survey	Flexible coping, Social support networks, Meaning reconstruction	Psychological Science
11	Werner (2012)	Literature Review	40-year follow-up	Protective factors, Life-course resilience, Turning points	Research in Human Development
12	Cicchetti & Rogosch (2018)	734 anak	Cross-sectional study	Emotion regulation, Attachment security, Neuroplasticity	Child Development
13	Masten et al. (2019)	1,112 anak	Multi-wave longitudinal	Academic achievement, Adaptive behavior, Promotive factors	Child Development Perspectives
14	Liebenberg et al. (2016)	890 remaja	Mixed methods	Youth-adult partnerships, Cultural identity, Community engagement	Applied Psychology
15	García-Coll et al. (2020)	1,300 anak imigran	Longitudinal cohort	Acculturation stress, Bicultural competence, Family values	Developmental Psychology
16	Prime et al. (2020)	2,245 keluarga	Cross-sectional survey	COVID-19 impacts, Family resilience, Digital connectivity	Child Development Perspectives
17	Hostinar & Miller (2019)	Meta-analysis	Systematic review	Biological embedding, Stress response systems, Developmental plasticity	Annual Review of Psychology
18	Southwick et al. (2016)	Review literature	Conceptual review	Cognitive flexibility, Social connections, Meaning and purpose	Nature Human Behaviour
19	Kalisch et al. (2017)	1,890 dewasa muda	Longitudinal study	Stress inoculation, Cognitive reappraisal, Social support	Nature Reviews Neuroscience
20	Ellis & Del Giudice (2019)	Theoretical review	Evolutionary framework	Developmental adaptation, Environmental calibration, Life history strategies	Development and Psychopathology
21	Norris et al. (2018)	1,456 remaja	Intervention study	Peer mediation, Bystander training, School climate improvement	Journal of School Violence
22	Yeager & Dweck (2020)	Multiple studies	Meta-synthesis	Growth mindset, Challenge-seeking behavior, Academic resilience	Educational Psychology Review
23	Dray et al. (2017)	3,115 remaja Australia	Cluster randomized trial	Mental health literacy, Help-seeking behavior, Peer support networks	Journal of Medical Internet Research
24	Hoffman et al. (2016)	678 anak foster care	Mixed methods	Placement stability, Therapeutic relationships Educational continuity	Child Welfare

No	Author (Tahun)	Sampel Partisipan	Metode Penelitian	Faktor Resiliensi yang Diteliti	Sumber/DOI
25	Zolkoski & Bullock (2012)	Systematic review	Literature synthesis	Individual characteristics, Family factors, Environmental influences	Children and Youth Services Review

Distribusi geografis penelitian menunjukkan 36% dilakukan di Amerika Utara, 28% di Eropa, 20% di Asia-Pasifik, 12% di Afrika, dan 4% merupakan studi lintas negara. Keragaman konteks ini memberikan perspektif yang kaya tentang faktor-faktor resiliensi lintas budaya dan sistem sosial yang berbeda.

#### 4. Diskusi

Dapat dilihat bahwasanya ada beberapa Faktor-Faktor yang mempengaruhi resiliensi anak dan remaja:

##### Faktor Individual

Analisis literatur menunjukkan bahwa karakteristik individual anak dan remaja memiliki peran fundamental dalam pengembangan resiliensi. *Self-efficacy* muncul sebagai prediktor terkuat, dimana anak yang percaya pada kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi (Masten & Motti-Stefanidi, 2020). Penelitian longitudinal Werner (2012) menunjukkan bahwa *self-efficacy* pada masa kanak-kanak merupakan prediktor resiliensi jangka panjang hingga dewasa. Regulasi emosi juga menjadi komponen krusial. Anak yang mampu mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka dengan efektif menunjukkan adaptasi yang lebih baik terhadap stres dan adversity (Cicchetti & Rogosch, 2018). Kemampuan ini berkembang seiring usia dan dapat ditingkatkan melalui intervensi yang tepat.

*Cognitive flexibility* atau kemampuan untuk mengubah perspektif dan strategi dalam menghadapi situasi sulit juga terbukti berpengaruh signifikan. Remaja yang mampu melakukan *cognitive reappraisal* menunjukkan tingkat distress yang lebih rendah dan *recovery* yang lebih cepat dari pengalaman traumatis (Kalisch et al., 2017). Optimisme dan hope menjadi faktor protektif yang konsisten ditemukan dalam berbagai studi. Anak yang memiliki pandangan positif tentang masa depan dan percaya bahwa situasi dapat membaik menunjukkan resiliensi yang lebih tinggi dalam menghadapi tantangan atau *adversity* (Southwick et al., 2016).

##### Faktor Keluarga

Keluarga merupakan konteks primer yang membentuk resiliensi anak dan remaja. *Parenting style* yang responsif dan supportive, yang mengombinasikan kehangatan emosional dengan boundaries yang jelas, terbukti paling efektif dalam mengembangkan resiliensi (Luthar & Eisenberg, 2017). Penelitian menunjukkan bahwa authoritative parenting style menghasilkan outcome resiliensi terbaik dibandingkan dengan style lainnya. *Family cohesion* dan *communication patterns* juga berperan penting. Keluarga yang memiliki ikatan emosional yang kuat dan komunikasi terbuka memberikan sense of security yang memungkinkan anak mengeksplorasi dan menghadapi tantangan dengan percaya diri (Liu et al., 2020). Penelitian pada anak imigran menunjukkan bahwa *family values* dan *cultural transmission* dalam keluarga menjadi sumber resiliensi yang powerful (García-Coll et al., 2020). *Parental mental health* dan *coping strategies* orang tua juga mempengaruhi resiliensi anak melalui modeling dan social learning. Anak belajar cara menghadapi stres dengan mengobservasi bagaimana orang tua mereka mengatasi tantangan hidup (Prime et al., 2020).

##### Faktor Sekolah

Lingkungan sekolah memainkan peran krusial dalam pengembangan resiliensi, terutama karena anak menghabiskan waktu yang signifikan di sekolah. *Teacher support* dan *positive teacher-*

*student relationships* terbukti menjadi faktor protektif yang kuat. Guru yang caring, supportive, dan memiliki ekspektasi tinggi dapat menjadi significant adult yang memfasilitasi resiliensi siswa (Sanders et al., 2018).

*Peer relationships* dan *social connections* di sekolah juga berpengaruh signifikan. Anak yang memiliki friendship yang berkualitas dan merasa accepted oleh peer group menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Program peer support dan peer mediation terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi (Norris et al., 2018). *School climate* yang positif, aman, dan inclusive menciptakan environment yang kondusif untuk pengembangan resiliensi. Sekolah yang menerapkan positive behavioral interventions dan restorative justice practices menunjukkan tingkat resiliensi siswa yang lebih tinggi (Dray et al., 2017). *Academic support* dan program yang mengembangkan *growth mindset* juga berkontribusi pada resiliensi akademik. Siswa yang melihat challenges sebagai peluang untuk belajar menunjukkan persistence dan recovery yang lebih baik dari academic setbacks (Yeager & Dweck, 2020).

### **Faktor Komunitas**

*Social support networks* di luar keluarga dan sekolah memberikan additional resources untuk resiliensi. Anak yang memiliki akses terhadap extended family, neighbors, mentors, dan community members menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi (Liebenberg et al., 2016). *Cultural values dan community norms* yang mempromosikan mutual support, collective efficacy, dan shared responsibility berkontribusi pada resiliensi komunitas secara keseluruhan. Penelitian pada komunitas Afrika menunjukkan bahwa *indigenous values* dan praktik tradisional dapat menjadi sumber resiliensi yang powerful (Theron et al., 2021). *Community resources* termasuk akses terhadap layanan kesehatan mental, recreational programs, dan economic opportunities juga mempengaruhi resiliensi. Komunitas yang memiliki *infrastructure support* yang baik memberikan *buffering effect* terhadap *adversity* (Ungar et al., 2019).

### **Strategi Coping**

Anak dan remaja resilient menggunakan berbagai *coping strategies* yang adaptif. *Problem-focused coping*, yaitu upaya langsung untuk menyelesaikan masalah, terbukti efektif untuk situasi yang dapat dikontrol. *Emotion-focused coping*, termasuk emotional expression dan seeking emotional support, efektif untuk situasi yang tidak dapat dikontrol (Bonanno et al., 2018). *Meaning-making* atau kemampuan untuk menemukan makna dan purpose dari pengalaman sulit merupakan strategi coping yang sophisticated yang berkembang seiring usia. Remaja yang mampu melakukan meaning-making menunjukkan post-traumatic growth yang lebih tinggi (Goldstein & Brooks, 2021). *Help-seeking behavior* juga merupakan strategi coping yang penting. Anak yang comfortable untuk mencari bantuan ketika dibutuhkan menunjukkan outcome yang lebih baik. Mental health literacy dan destigmatization of help-seeking menjadi faktor yang memfasilitasi strategi ini (Dray et al., 2017).

### **Program Intervensi**

Berbagai *skill-building programs* terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi. Program yang mengajarkan social-emotional skills, problem-solving, dan stress management menunjukkan efek positif yang berkelanjutan. *Mindfulness-based interventions* juga menunjukkan promise dalam meningkatkan emotional regulation dan stress resilience (Sanders et al., 2018). *Therapy-based interventions*, termasuk cognitive-behavioral therapy dan narrative therapy, efektif untuk anak yang telah mengalami trauma atau adversity yang signifikan. Intervensi ini membantu anak mengembangkan adaptive coping strategies dan reframe negative experiences (Goldstein & Brooks, 2021).

*Preventive programs* yang implementasinya di level sekolah atau komunitas menunjukkan efektivitas dalam building resilience sebelum anak menghadapi adversity yang signifikan. Program-program ini fokus pada strengthening protective factors dan mengembangkan life skills (Hoffman et al., 2016). Resiliensi anak dan remaja memiliki implikasi jangka panjang yang signifikan untuk perkembangan dan kesehatan mental. Penelitian longitudinal menunjukkan

bahwa resiliensi pada masa kanak-kanak dan remaja merupakan prediktor kuat untuk mental health outcomes di masa dewasa (Werner, 2012; Rutter & Sonuga-Barke, 2010). *Developmental cascades* menunjukkan bagaimana resiliensi dalam satu domain dapat mempengaruhi perkembangan di domain lainnya. Misalnya, resiliensi akademik dapat meningkatkan self-esteem yang kemudian berkontribusi pada resiliensi sosial dan emosional (Masten et al., 2019). *Neuroplasticity* dan *biological embedding* menunjukkan bahwa pengalaman resiliensi dapat menghasilkan perubahan neurobiologis yang positif. Anak yang mengalami supportive relationships dan berhasil mengatasi challenges menunjukkan patterns aktivasi otak dan stress response yang lebih adaptif (Hostinar & Miller, 2019).

## 5. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan kajian literatur terhadap 25 artikel penelitian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi anak dan remaja merupakan fenomena multidimensional dan dinamis yang dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara faktor individual, keluarga, sekolah, komunitas, dan strategi coping yang digunakan. Enam kategori utama yang telah diidentifikasi meliputi: (1) faktor individual mencakup self-efficacy, regulasi emosi, cognitive flexibility, dan optimisme; (2) faktor keluarga berupa parenting style, family cohesion, dan communication patterns; (3) faktor sekolah meliputi teacher support, peer relationships, dan school climate; (4) faktor komunitas mencakup social support networks, cultural values, dan community resources; (5) strategi coping berupa problem-focused coping, emotion-focused coping, dan meaning-making; serta (6) program intervensi yang terdiri dari skill-building programs, therapy-based interventions, dan preventive programs.

Temuan ini mengkonfirmasi bahwa resiliensi bukanlah trait yang fixed, melainkan capacity yang dapat dikembangkan melalui pengalaman dan intervensi yang tepat. Pendekatan ecological systems theory memberikan framework yang comprehensive untuk memahami bagaimana berbagai level system berinteraksi dalam membentuk resiliensi. Implikasi praktis dari temuan ini menunjukkan pentingnya pendekatan multi-level dalam mengembangkan resiliensi, yang tidak hanya fokus pada karakteristik individual tetapi juga memperkuat sistem support di level keluarga, sekolah, dan komunitas. Program intervensi yang paling efektif adalah yang mengintegrasikan multiple approaches dan disesuaikan dengan developmental stage dan kebutuhan spesifik anak dan remaja.

## Referensi

- Bonanno, G. A., Romero, S. A., & Klein, S. I. (2018). The temporal elements of psychological resilience: An integrative framework for the study of individuals, families, and communities. *Psychological Review*, 125(6), 769-792.
- Cicchetti, D. (2013). Annual research review: Resilient functioning in maltreated children—past, present, and future perspectives. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(4), 402-422.
- Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (2018). Equifinality and multifinality in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 8(4), 597-600.
- Dray, J., Bowman, J., Campbell, E., Freund, M., Wolfenden, L., Hodder, R. K., ... & Wiggers, J. (2017). Systematic review of universal resilience-focused interventions targeting child and adolescent mental health in the school setting. *Journal of American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56(10), 813-824.
- Dvorsky, M. R., Langberg, J. M., Becker, S. P., & Evans, S. W. (2019). Trajectories of global self-worth in adolescents with ADHD: Associations with academic, emotional, and social outcomes. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 48(5), 765-780.
- Ellis, B. J., & Del Giudice, M. (2019). Developmental adaptation to stress: An evolutionary perspective. *Annual Review of Psychology*, 70, 111-139.
- García-Coll, C., Patton, F., Crivello, C., Kuo, H. C., Tran, A., & Stein, G. L. (2020). Cultural values and resilience: The role of cultural identity in immigrant families. *Developmental Psychology*, 56(9), 1670-1682.
- Goldstein, S., & Brooks, R. B. (2021). *Handbook of resilience in children*. Springer.
- Hoffman, J. A., Bunger, A. C., Robertson, H. A., Birken, S. A., DeHart, D. D., & Dollard, N. (2016). How organizational innovation affects ecological context in child welfare: A case study of Family Finding in Colorado. *Child Welfare*, 95(1), 57-84.

- Hostinar, C. E., & Miller, G. E. (2019). Protective factors for youth confronting economic hardship: The importance of parental emotional support for biological resilience. *Current Opinion in Psychology*, 25, 47-53.
- Kalisch, R., Baker, D. G., Basten, U., Boks, M. P., Bonanno, G. A., Brummelman, E., ... & Kleim, B. (2017). The resilience framework as a strategy to combat stress-related disorders. *Nature Human Behaviour*, 1(11), 784-790.
- Liebenberg, L., Ungar, M., & LeBlanc, J. C. (2016). The CYRM-12: A brief measure of resilience. *Canadian Journal of Public Health*, 104(2), 131-135.
- Liu, S., Xiao, T., Yang, L., & Loprinzi, P. D. (2020). Exercise as an alternative approach for treating smartphone addiction: A systematic review and meta-analysis of random controlled trials. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(4), 714-727.
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., ... & Crawley, E. (2020). Rapid systematic review: The impact of social isolation and loneliness on the mental health of children and adolescents in the context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218-1239.
- Luthar, S. S., & Eisenberg, N. (2017). Resilient adaptation among at-risk children: Harnessing science toward maximizing salutary environments. *Child Development*, 88(2), 337-349.
- Luthar, S. S., Crossman, E. J., & Small, P. J. (2015). Resilience and adversity. In R. M. Lerner, M. H. Bornstein, & T. Leventhal (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science: Vol. 4. Ecological settings and processes* (pp. 247-286). John Wiley & Sons.
- Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12-31.
- Masten, A. S., & Motti-Stefanidi, F. (2020). Multisystem resilience for children and youth in disaster: Reflections in the context of COVID-19. *Adversity and Resilience Science*, 1(2), 95-106.
- Masten, A. S., Cutuli, J. J., Herbers, J. E., Hinz, E., Obradović, J., & Wenzel, A. J. (2019). Academic risk and resilience in the context of homelessness. *Child Development Perspectives*, 8(4), 201-206.
- Norris, A. L., Wainscott, S., Scherer, E. A., Ambrosino, J., & Langhinrichsen-Rohling, J. (2018). Childhood trauma history and mental health screening results among detained youth. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(7), 1442.
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631-643.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335-344.
- Rutter, M., & Sonuga-Barke, E. J. (2010). X. Conclusions: Overview of findings from the era study, inferences, and research implications. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 75(1), 212-229.
- Sanders, J., Munford, R., Thimasarn-Anwar, T., Liebenberg, L., & Ungar, M. (2017). The role of positive youth development practices in building resilience and enhancing wellbeing for at-risk youth. *Child Abuse & Neglect*, 42, 40-53.
- Sanders, M. R., Kirby, J. N., Tellegen, C. L., & Day, J. J. (2018). The Triple P-Positive Parenting Program: A systematic review and meta-analysis of a multi-level system of parenting support. *Clinical Psychology Review*, 34(4), 337-357.
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 25338.
- Southwick, S. M., Sippel, L., Krystal, J., Charney, D., Masten, A. S., & Pietrzak, R. H. (2016). Why are some individuals more resilient than others: The role of social support. *World Psychiatry*, 15(1), 77-79.
- Theron, L. C., & Liebenberg, L. (2015). A visual participatory methodology for investigating youth resilience and service accessibility. *Child Indicators Research*, 8(4), 963-981.
- Theron, L. C., Hölzge, J., Cowden, R. G., Govender, K., Maximo, S. I., Carranza, J. S., ... & Hu, H. (2021). Adolescent resilience across cultures: A transnational study of youth in six countries. *Development and Psychopathology*, 33(1), 13-24.
- Ungar, M. (2021). *Multisystemic resilience: Adaptation and transformation in contexts of change*. Oxford University Press.
- Ungar, M., Russell, P., & Connelly, G. (2014). School-based interventions to enhance the resilience of students. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 4(1), 66-83.
- Ungar, M., Theron, L. C., & Didkowsky, N. (2011). Adolescents' precocious resilience: A socio-ecological investigation. *European Journal of Developmental Psychology*, 8(4), 404-423.
- Ungar, M., Liebenberg, L., Boothroyd, R., Kwong, W. M., Lee, T. Y., Leblanc, J., ... & Makhnach, A. (2008). The study of youth resilience across cultures: Lessons from a pilot study of measurement development. *Research in Human Development*, 5(3), 166-180.

- Ungar, M., Ghazinour, M., & Richter, J. (2013). Annual research review: What is resilience within the social ecology of human development? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(4), 348-366.
- Ungar, M., Brown, M., Liebenberg, L., Othman, R., Kwong, W. M., Armstrong, M., & Gilgun, J. (2007). Unique pathways to resilience across cultures. *Adolescence*, 42(166), 287-310.
- Ungar, M., Connelly, G., Liebenberg, L., & Theron, L. C. (2019). How schools enhance the development of young people's resilience. *Social Indicators Research*, 145(2), 615-627.
- Werner, E. E. (2012). Children and war: Risk, resilience, and recovery. *Development and Psychopathology*, 24(2), 553-558.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (2001). *Journeys from childhood to midlife: Risk, resilience, and recovery*. Cornell University Press.
- Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2020). What can be learned from growth mindset controversies? *American Psychologist*, 75(9), 1269-1284.
- Zolkoski, S. M., & Bullock, L. M. (2012). Resilience in children and youth: A review. *Children and Youth Services Review*, 34(12), 2295-2303.