Jurnal Ecopsy Volume 11, Nomor 1, April 2024, 1-9
doi: 10.20527/ecopsy.2024.04.001

eISSN: 2354-7634
pISSN: 2354-7197

Hubungan antara *Nature Relatedness* dan Kepuasan Hidup pada Mahasiswa

The Relationship between Nature Relatedness and Life Satisfaction in College Students

Maya A. Theresia, Maybelline Margaretha, Marcella P. Hera Wibowo, Sharzamitha Egha, Lisa A. Hiendiarto, Patrick F. Junaidhi, dan Bartolomeus Yofana Adiwena*
Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata, Jl. Pawiyatan Luhur IV/1, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia, 50234

ABSTRAK
Kepuasan hidup pada mahasiswa merupakan hal yang sangat penting. Mahasiswa yang memiliki kepuasan hidup kurang baik akan rentan terlibat dalam berbagai perilaku berisiko seperti kekerasan, tawuran, perkelahian, dan mengonsumsi zat terlarang. Permasalahan lingkungan juga dapat memperburuk kepuasan hidup mahasiswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti hubungan antara *Nature Relatedness* dan kepuasan hidup mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan menggunakan alat ukur *Nature Relatedness Scale* dan *Students' Life Satisfaction*. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah *incidental sampling* dengan jumlah responden sebanyak 37 responden mahasiswa dari berbagai daerah di Indonesia. Hasil analisis data menunjukkan bahwa *Nature relatedness* berhubungan positif dengan kepuasan hidup mahasiswa (r= 0,347; p< 0,05) dengan sumbangan efektif sebesar adalah 12%. Selain itu, melalui penelitian ini juga ditemukan bahwa aspek NR *Self* berhubungan dengan kepuasan hidup (r= 0,397; p< 0,05). Implikasi penelitian ini didiskusikan lebih lanjut oleh peneliti.

Kata kunci: *Nature relatedness*; kepuasan hidup; mahasiswa

***Korespondensi:**
Bartolomeus Yofana Adiwena
adiwena@unika.ac.id

Masuk: 02 April 2023
Diterima: 07 November 2024
Terbit: 24 November 2024

Sitasi:
Theresia, M. A., Margaretha, M., Wibowo, M. P. H., Egha, S., Hiendiarto, L. A., Junaidhi, P. F., & Adiwena, B. Y. (2024). Hubungan antara *nature relatedness* dan kepuasan hidup pada mahasiswa. *Jurnal Ecopsy, 11*(1), 1-9. http://doi.org/10.20527/ecopsy.2024.04.001

ABSTRACT
Student life satisfaction is vital. Students with poor life satisfaction will be prone to engaging in risky behaviors such as violence, brawls, fights, and consuming prohibited substances. Environmental problems can also exacerbate student life satisfaction. This research aims to examine the relationship between Nature Relatedness and student life satisfaction. This quantitative correlational study uses the Nature Relatedness Scale and Students' Life Satisfaction measurement tools. The data collection technique used in this study was random sampling with 37 student respondents from various regions in Indonesia. The results of data analysis showed that Nature relatedness was positively related to student life satisfaction (r= 0.347; p< 0.05) with an effective contribution of 12%. In addition, this research also found that the NR Self aspect was related to life satisfaction (r= 0.397; p< 0.05). The implications of this research were discussed further by the authors.

Keywords: Nature relatedness; life satisfaction; students

PENDAHULUAN

Akhir-akhir ini banyak terjadi kasus bunuh diri oleh mahasiswa di Indonesia, khususnya Semarang (CNN Indonesia, 2022; Rosa, 2022; Utami, 2023). Para ahli berpendapat bahwa penyebab utama para mahasiswa tersebut melakukan bunuh diri adalah depresi dan kesehatan mental yang buruk (Alexander, 2023; Fasak & Sulastri, 2022). Depresi yang dialami mahasiswa hingga mendorongnya melakukan bunuh diri adalah bukti bahwa kesehatan mental adalah hal yang penting, termasuk juga kepuasan hidupnya. Sebagai mahasiswa, mereka dituntut untuk memiliki pengetahuan yang luas, kritis, cerdas dan keahlian. Kecemasan, stres akademik, keuangan, dan gangguan tidur yang dialami

mahasiswa adalah permasalahan yang berpotensi memperburuk kehidupan mereka. Hal ini dapat berdampak negatif pada kepuasan hidup mereka juga (Sari, 2019).

Kualitas akademik dan kesejahteraan mahasiswa dipengaruhi oleh tingkat kepuasan hidup mereka sebab kepuasan hidup berperan sebagai perisai untuk melawan lingkungan yang negatif. Kepuasan hidup sendiri menurut Diener (2009) adalah penilaian umum individu terhadap kehidupannya. Penilaian ini sebagai tanda rasa puas individu (Diener, et al., 2008). Kepuasan secara umum meliputi: kepuasan terhadap kondisi yang dicita-citakan; kepuasan terhadap kondisi yang luar biasa; kepuasan terhadap perasaan bahagia; kepuasan terhadap hal-hal yang dianggap penting di dalam kehidupan; serta kepuasan yang ditandai dengan tidak ada hal di dalam kehidupan yang perlu untuk diubah oleh individu (van Beuningen, 2012). Antaramian, et al. (2008) berpendapat bahwa kepuasan hidup dinilai dari dimensi kepuasan pada keluarga, kepuasan pada hubungan pertemanan, kepuasan pada pendidikan dan sekolah, kepuasan pada lingkungan tempat tinggal, dan kepuasan pada diri sendiri. Kepuasan hidup mahasiswa yang rendah akan menjadi masalah sebab akan muncul berbagai masalah yang dapat mengganggu mereka, baik fisik maupun psikis. Kepuasan hidup terbukti memprediksi kesejahteraan psikologis seseorang dan kebijaksanaan dalam pengambilan keputusannya (Raharja & Indati, 2019; Wahyuni & Maulida, 2019). Remaja yang memiliki kepuasan hidup kurang baik akan rentan terlibat dalam perilaku yang berisiko dan tidak bijaksana, seperti kekerasan, tawuran, perkelahian, dan mengonsumsi zat terlarang, termasuk bunuh diri. Oleh karena itu, penting untuk meneliti lebih dalam tentang kepuasan hidup pada para remaja.

Permasalahan lingkungan yang kurang mendukung kesehatan mahasiswa juga dapat memperburuk kepuasan hidup mahasiswa. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa gaya hidup di perkotaan berkontribusi secara negatif terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan seseorang, seperti *mood, anxiety disorders*, depresi, kesepian, isolasi, serta peningkatan level stres (Okkels, et al., 2018; Peen, et al., 2010). Hal ini juga didukung oleh penelitian Cao, et al. (2023) yang menemukan bahwa peningkatan indeks polusi udara dapat mengurangi kebahagiaan dan meningkatkan gejala depresi. Mahasiswa yang berkuliah di perguruan tinggi yang letaknya di perkotaan tidak lepas dari risiko itu. Tidak semua kampus menyediakan ruang hijau terbuka yang cukup untuk mahasiswa. Idealnya ruang hijau terbuka dihitung dari jumlah penghuni kampus dan kendaraan yang ada (Hermawan, et al., 2017).

Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa interaksi yang berkelanjutan dengan alam seperti berjalan-jalan di hutan bermanfaat bagi kesehatan mental dan *learning engagement* (Chou & Hung, 2021; Passmore & Howell, 2014). Aktivitas itu berdampak positif pada pengalaman penyembuhan dan refleksi berhubungan dengan alam oleh mereka sendiri. Tidak hanya itu Chou dan Hung (2021) juga menyarankan untuk merencanakan perbanyak lingkungan alami di area perkotaan seperti taman kota, hutan kota dan perkebunan untuk memotivasi individu beraktivitas di alam setidaknya 30 menit seminggu sekali. Berbagai penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan alami berdampak positif bagi kesehatan fisik dan mental seseorang.

Lingkungan hidup alami adalah penyedia air, oksigen, tanah, mikroorganisme, sumber daya alam, makanan dan tempat hidup (Dinas Lingkungan Hidup Kota Semarang, 2020b). Kerusakan yang terjadi pada lingkungan akan memengaruhi kuantitas dan kualitas dari lingkungan hidup alami. Perilaku manusia dapat sangat berpengaruh pada keberadaan lingkungan alami di sekitarnya. Hal kecil yang dilakukan oleh manusia yang bisa merusak lingkungan adalah suka membuang sampah sembarangan, penggunaan pendingin ruangan berlebihan, dan pemborosan listrik (Dinas Lingkungan Hidup Kota Semarang, 2020a). Secara nasional, Indonesia melakukan pengukuran untuk mengetahui kualitas lingkungan hidup Indonesia melalui IKLH. Indeks Kualitas Lingkungan

Hidup atau IKLH merupakan indeks yang menggambarkan kondisi dari hasil pengelolaan lingkungan hidup secara nasional yang terdiri dari 3 indikator yaitu Indikator Indeks Kualitas Air (IKA), Indeks Kualitas Udara (IKU), dan Indeks Kualitas Tutupan Lahan. Tercatat pada 2019 nilai IKLH sebesar 66,55 dengan predikat cukup baik. Melalui data yang dikeluarkan IKLH sangat membantu untuk mengetahui kualitas lingkungan hidup setiap provinsi di Indonesia (Kementerian Negara Lingkungan Hidup, 2019).

Kesadaran akan lingkungan sekitar, terutama alam bagi manusia, akan menciptakan hubungan yang harmonis antara manusia dan alam. Kesadaran akan lingkungan ini akan memberikan efek psikologis yang positif terhadap berbagai aspek termasuk kepuasan hidup (Priyanto, 2014). Salah satu konstruk yang menggambarkan kesadaran manusia akan hubungannya dengan lingkungan alami adalah *nature relatedness*. *Nature relatedness* adalah konstruk yang menggambarkan kesadaran dan proses pemahaman pola pikir individu akan pentingnya ketergantungan manusia dengan organisme di lingkungan alam (Nisbet, et al., 2009). Aspek-aspek yang membentuk *nature relatedness* adalah identifikasi diri *(Nature Relatedness Self)*, hubungan personal dengan alam *(Nature Relatedness Perspective)*, dan pengalaman fisik dengan alam *(Nature Relatedness Experience)* (Adiwena & Djuwita, 2022). *Nature relatedness* lahir dari sebuah hipotesis tentang hubungan manusia dengan alam, yaitu hipotesis biofilia. Melalui hipotesis biofilia dijelaskan bahwa kebutuhan manusia menjadi hal yang selalu menghubungkan manusia dengan alam (Adiwena & Djuwita, 2022). Manusia memiliki kemampuan untuk selalu berhubungan dengan makhluk hidup lainnya dan alam (Kellert & Wilson, 1993). Bukti hipotesis ini dapat dilihat pada popularitas adanya aktivitas di alam bebas, kebun binatang, hubungan manusia dengan hewan, dan minat kita pada pemandangan alam (Kaplan, 2001; Kellert & Wilson, 1993; Ulrich, et al., 1991).

Keterhubungan dengan alam dapat memberikan manfaat yang positif dan mendorong perilaku positif terhadap lingkungan. Kepuasan hidup juga tidak lepas dari manfaat keterhubungan dengan alam (Chou & Hung, 2021). Penelitian Priyanto (2014) juga mendukung pernyataan ini di mana terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesadaran lingkungan dan *subjective well-being* pada remaja. Kerusakan menyebabkan lingkungan menjadi tidak layak huni dan perubahan lingkungan inilah yang kemudian dapat memengaruhi *subjective well-being* warganya. Kepuasan hidup merupakan bagian dari *subjective well-being* yang memengaruhi bagaimana individu menilai kehidupannya seberapa baik dan memuaskan dalam kehidupannya secara menyeluruh serta penting seperti kesehatan, pekerjaan, spiritualitas, hubungan interpersonal dan aktivitas di waktu luang (Wahyuni & Maulida, 2019). Mendukung ide penelitian ini, Mayer dan Frantz (2004) menemukan korelasi positif antara konstruk yang mirip dengan *nature relatedness*, yaitu *connectedness to nature*, dengan kepuasan hidup. Penelitian lain oleh Capaldi, et al. (2014) menyatakan *nature relatedness* dan kebahagiaan berkorelasi positif dan signifikan. Tidak ketinggalan juga Grabowska-Chenczke, et al. (2022) dalam penelitiannya menemukan korelasi yang signifikan antara komponen lain dari *nature relatedness* dan kesejahteraan psikologis antara wanita dan pria.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran hubungan antara *nature relatedness* dengan kepuasan hidup mahasiswa. Melalui penelitian-penelitian sebelumnya penulis berhipotesis bahwa terdapat hubungan yang positif antara *nature relatedness* dengan kepuasan hidup mahasiswa. Penelitian ini menjadi penting karena penulis menganggap belum banyak yang meneliti hubungan *nature relatedness* secara spesifik terhadap kepuasan hidup mahasiswa. Penelitian-penelitian sebelumnya hanya mengaitkan *nature relatedness* dengan kebahagiaan dan kesejahteraan. Meski kepuasan hidup merupakan bagian dari komponen kesejahteraan, namun tidak ada yang meneliti kepuasan hidup secara

spesifik. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan menjadi informasi yang berguna untuk kebahagiaan meningkatkan kepuasan hidup mahasiswa ke depannya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis korelasional. Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang berkuliah di Indonesia. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *incidental sampling* berisikan kuesioner penelitian dan disebarkan melalui media sosial. *Google Form* dipakai sebagai media kuesioner yang dipakai dalam penelitian ini.

Alat ukur yang dipakai dalam mengukur variabel *Nature Relatedness* akan memakai *Nature Relatedness Scale* yang diadaptasi oleh Adiwena dan Djuwita (2022) yang berjumlah 10 item. Lalu untuk mengukur variabel kepuasan hidup mahasiswa akan menggunakan *Students' Life Satisfaction Scale* milik Huebner (1991) yang berjumlah 7 item yang diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh penulis. Kuesioner yang disebar akan berisikan item-item dari kedua variabel dengan memakai sistem skala Likert dengan opsi enam jawaban dari sangat tidak setuju, tidak setuju, kurang setuju, cukup setuju, setuju dan sangat setuju. Data dianalisis dengan teknik korelasi Pearson menggunakan SPSS 23 *for* Windows.

Tabel 1. Data demografis responden (N=37)

Variabel Demografis	Jumlah	N(%)
Metode pengumpulan data		
Daring	37	100%
Jenis kelamin		
Pria	4	10,8%
Wanita	33	89,1%
Rentang usia		
δ 20 tahun	16	43,2%
21-30	21	56,7%
Tidak menjawab	0	
Daerah domisili		
Sumatera Utara	2	5,4%
Riau	6	16,2%
Lampung	1	2,7%
Jawa Barat	1	2,7%
Jawa Tengah	27	72,9%
Tidak menjawab	0	
Status Pernikahan		
Belum menikah	37	100%
Menikah	0	
Tidak menjawab	0	
Pendidikan terakhir		
SMA	27	72,9%
S1	10	27%
Tidak menjawab	0	
Pekerjaan saat ini		
Mahasiswa	35	94,5%
Pegawai/Karyawan	1	2,7%
Belum/Tidak Bekerja	1	2,7%
Tidak menjawab	0	

Tabel 2. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Variabel Penelitian (N=37)

Variabel Penelitian	Min	Maks	Mean	SD
Kepuasan Hidup	7	30	19,62	5,27
Nature Relatedness	22	47	35,97	6,85
NR Self	10	24	18,16	3,67
NR Perspective	8	17	13,72	2,31
NR Experience	7	18	12,32	3,24

Tabel 3. Korelasi antar Variabel (N=37)

Variabel	Mean	SD	1	2	3	4	5
Kepuasan Hidup	19,62	5,27	1				
Nature Relatedness	35,97	6,85	0,347*	1			
NR Self	18,16	3,67	0,397*	0,930**	1		
NR Perspective	13,72	2,31	0,303	0,804**	0,735**	1	
NR Experience	12,32	3,24	0,178	0,784**	0,590**	0,578**	1

***p<0,01; *p<0,05*

HASIL

Penelitian ini diikuti oleh 37 orang responden yang didominasi oleh wanita yang berdomisili di Jawa Tengah. Data demografis partisipan penelitian ini dapat dilihat di tabel 1.

Hasil analisis statistik deskriptif ditunjukkan pada Tabel 2. Reliabilitas skala kepuasan hidup dan *nature relatedness* dikategorikan baik dengan *Cronbach alpha* sebesar 0,834 dan *nature relatedness* sebesar 0,829. Kemudian untuk analisis validitas menggunakan *corrected item-total correlation* yang menghasilkan sejumlah 5 item valid untuk kepuasan hidup dengan rentang korelasi 0,830–0,390 dan validitas *nature relatedness* didapatkan sejumlah 8 item valid dengan rentang korelasinya adalah sebesar 0,692–0,442.

Dari hasil korelasi bivariat yang telah dilakukan pada Tabel 3 memperlihatkan bahwa variabel *nature relatedness* dan kepuasan hidup berkorelasi positif secara signifikan (r = 0,347). Dengan demikian hipotesis penelitian ini diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa individu yang memiliki *nature relatedness* yang tinggi akan memiliki kepuasan hidupnya yang juga tinggi. Aspek-aspek *nature relatedness,* yaitu *self, perspective* serta *experience* juga berkorelasi secara positif dan signifikan dengan kepuasan hidup. Aspek *NR Self* dan kepuasan hidup memiliki hubungan yang positif dan signifikan yang menunjukkan bahwa individu dengan identifikasi diri yang kuat dengan alam berhubungan dengan kepuasan hidupnya. Nilai koefisien determinasi antara *nature relatedness* dan kepuasan hidup yang didapatkan adalah sebesar R^2 = 12%, di mana sisanya 88% ditentukan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menerima hipotesis yang diajukan dengan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *nature relatedness* dan kepuasan hidup (r=0,347). Penelitian ini melihat bahwa kepuasan hidup mahasiswa berhubungan dengan keterikatan mereka dengan alam *(nature relatedness)* yang merupakan identifikasi diri individu tersebut dengan lingkungan alami, serta bagaimana individu bersikap dan berperilaku terhadap alam sekitar dan pengalaman individu secara langsung berinteraksi dengan alam. Sesuai dengan penelitian Chou dan Hung (2021), bahwa

kepuasan hidup tidak terlepas dari hubungan alam dengan manusia. Melalui penelitian ini juga ditemukan bahwa aspek NR *Self* memiliki hubungan yang signifikan terhadap kepuasan hidup (r = 0,397) yang dapat diartikan kepuasan hidup berhubungan dengan seberapa besar individu mengidentifikasikan dirinya dengan alam. Identifikasi diri dengan alam ini menunjukkan bahwa individu tersebut sadar akan keberadaan dan pentingnya lingkungan alamiah. Tidak hanya itu, tetapi juga ikut merasakan apa yang terjadi pada alam yang mana ada pengaruh terhadap kepuasan hidupnya. Temuan ini selaras dengan penelitian tentang hubungan antara kesadaran lingkungan dan *subjective well-being* pada remaja oleh Priyanto (2014). Semakin tinggi kesadaran lingkungan oleh individu maka kesejahteraan termasuk kepuasan hidupnya juga meningkat.

Hasil temuan penelitian ini berbanding lurus pada penelitian White, et al. (2017), yaitu penduduk di kota dengan penghijauan yang optimal dilaporkan memiliki kepuasan hidup yang tinggi. Penelitian White, et al. (2017) ini menunjukkan bahwa mereka yang berinteraksi atau mengunjungi alam akan menemukan perasaan berharga dengan hal-hal dilakukan dalam hidup mereka. Interaksi dengan alam ini juga dibuktikan melalui penelitian Chou dan Hung (2021) bahwa manfaat interaksi yang berkelanjutan dengan alam seperti berjalan-jalan di hutan berdampak pada kesehatan mental dan *learning engagement* yang baik. Kemudian luas ruang terbuka hijau dan tingkat polusi udara akan memengaruhi kebahagiaan dan tingkat gejala depresi, sehingga untuk meningkatkan kesejahteraan dan kepuasan hidup diperlukan juga usaha tidak hanya dari diri sendiri tetapi juga dari eksternal (Zhang, et al., 2022). Usaha eksternal ini adalah bagaimana kebijakan dari pemerintah untuk mendukung dan mempromosikan masyarakatnya untuk bisa berkunjungan serta berinteraksi di lingkungan alamiah seperti taman dan ruang hijau terbuka lainnya.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kepuasan hidup mahasiswa berhubungan dengan *nature relatedness*. Hubungan yang harmonis dengan alam melalui identifikasi diri dengan alam akan meningkatkan kepuasan hidup mahasiswa. Tingkat depresi yang tinggi, perilaku yang berisiko (kekerasan, tawuran, perkelahian, dan mengonsumsi zat terlarang) sebagai akibat dari kepuasan hidup yang rendah dapat berkurang dengan tidak hanya dengan mengidentifikasikan diri dengan alam tetapi juga berinteraksi dengan alam seperti berjalan-jalan di lingkungan alamiah. Peningkatan kepuasan hidup mahasiswa pada akhirnya akan berdampak positif pada kualitas akademiknya dan kesejahteraannya. Hal ini dikarenakan kepuasan hidup berperan sebagai perisai untuk melawan lingkungan yang negatif (Sari, 2019).

Keberadaan lingkungan alamiah ini sangat penting bagi manusia dan interaksi keduanya sudah sejak lama serta tidak terpisahkan. Hubungan yang harmonis antara manusia dan alam ini akan berdampak positif untuk keduanya. Saran yang dapat diberikan dari penelitian ini adalah memperbanyak berinteraksi dengan alam seperti berkunjungan ke hutan, taman atau ruang hijau terbuka lainnya. Selain itu hal ini dapat dilakukan oleh anak-anak sejak dini untuk memberikan proses perkembangan yang lebih baik dan menumbuhkan rasa keterikatan dengan alam untuk hubungan yang harmonis berkelanjutan dengan alam. Kemudian, meningkatkan kesadaran lingkungan dengan tidak berperilaku merusak lingkungan alam seperti membuang sampah sembarangan, penggunaan AC berlebihan, penggunaan plastik dan lain-lain. Bagi pemerintah, disarankan untuk memberikan kebijakan yang dapat mendukung dan mempromosikan kesehatan masyarakatnya dengan menyediakan ruang hijau terbuka yang luas serta bersih. Penelitian ini juga memiliki keterbatasan, yaitu jumlah responden yang tidak banyak untuk mewakilkan sampel populasi yang luas. Penelitian ini masih memerlukan perbaikan pada item yang digunakan, jumlah sampel dan populasi yang lebih luas serta beragam sehingga diharapkan hal ini dapat dilakukan pada penelitian selanjutnya.

KESIMPULAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *nature relatedness* dan kepuasan hidup mahasiswa. Berdasarkan hasil olah data yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *nature relatedness* dan kepuasan hidup mahasiswa (r=0,347). Penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang memiliki skor tinggi pada *nature relatedness* akan tinggi pula kepuasan hidupnya di mana kontribusi tersebut pada penelitian ini sebanyak 12%. Pentingnya kepuasan hidup bagi mahasiswa adalah untuk menghindari risiko yang lebih berat seperti depresi yang dapat berakibat fatal seperti bunuh diri sebab kepuasan hidup berperan sebagai perisai untuk melawan hal yang negatif. Adanya kepuasan hidup mahasiswa yang tinggi akan berdampak positif untuk kualitas akademiknya serta kesejahteraannya.

DAFTAR PUSTAKA

Adiwena, B. Y., & Djuwita, R. (2022). Manusia dan lingkungan alam: Analisis faktor konfirmatori terhadap Nature Relatedness Scale Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, *20*(1), 57–71. https://doi.org/ 10.7454/jps.2022.08

Alexander, H. B. (2023, Desember 17). *Ada 985 Kasus Bunuh Diri Remaja, Kesehatan Mental Penyebab Utama*. Kompas. https://lestari.kompas.com/read/ 2023/12/17/162703186/ada-985-kasus-bunuh-diri-remaja-kesehatan-mental-pe nyebab- utama?page=all

Antaramian, S. P., Huebner, E. S., & Valois, R. F. (2008). Adolescent Life Satisfaction. *Applied Psychology*, *57*(s1), 112–126. https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008. 00357.x

Cao, T., Tian, M., Hu, H., Yu, Q., You, J., Yang, Y., An, Z., Song, J., Zhang, G., Zhang, G., Wu, W., & Wu, H. (2023). The relationship between air pollution and depression and anxiety disorders: A systematic evaluation and meta-analysis of a cohort-based study. *International Journal of Social Psychiatry*. https://doi.org/10.1177/00207640231197941

Capaldi, C. A., Dopko, R. L., & Zelenski, J. M. (2014). The relationship between nature connectedness and happiness: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, *5*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00976

Chou, W.-Y., & Hung, S.-H. (2021). Cumulative Frequency of Nature Dose: How Continuous and Regular Forest Walking Improves Nature Relatedness, Restorativeness, and Learning Engagement in College Students. *Sustainability*, *13*(20), 11370. https://doi.org/10.3390/ su132011370

CNN Indonesia. (2022, November 14). *Sempat Mengeluh Sakit, Mahasiswa Baru Unhas Tewas Gantung Diri*. https://www.cnnindonesia.com/nasional/20221114104954 -20-873360/sempat-mengeluh-sakit-maha siswa-baru-unhas-tewas-gantung-diri

Diener, E. (2009). *The science of well-being: The collected works of Ed Diener*. Springer Netherlands. https://doi.org/ 10.1007/978-90-481-2350-6_2

Diener, E., Kesebir, P., & Lucas, R. (2008). Benefits of accounts of well-being— For Societies and for psychological science. *Applied Psychology*, *57*(1), 37–53. https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008. 00353.x

Dinas Lingkungan Hidup Kota Semarang. (2020a, November 19). *3 Hal Kecil Yang Bisa Merusak Lingkungan*. https://dlh.semarangkota.go.id/3-hal-kecil-yang-bisa-merusak-lingkungan/

Dinas Lingkungan Hidup Kota Semarang. (2020b, November 19). *Apa Saja Manfaat Lingkungan Hidup Alami Bagi Kehidupan*. https://dlh.semarangkota.go.id/apa-saja-manfaat-lingkungan-hidup- alami-bagi-kehidupan/

Fasak, A., & Sulastri, A. (2022, November 24). Mengapa semakin banyak remaja Indonesia bunuh diri? Sebuah telaah literatur. *Seminar Nasional Psikologi*.

Grabowska-Chenczke, O., Wajchman-Świtalska, S., & Woźniak, M. (2022). Psychological well-being and nature relatedness. *Forests*, *13*(7), 1048. https://doi.org/ 10.3390/f13071048

Hermawan, D., Pramitasari, D., & Sudibyo, S. (2017). Studi kecukupan ruang terbuka hijau ideal di kampus perguruan tinggi untuk perencanaan kampus hijau kasus amatan wilayah aglomerasi Kota Yogyakarta Utara. *Prosiding Seminar Nasional ReTII ke-12*, 299–404.

Huebner, E. S. (1991). Initial development of the Student's Life Satisfaction Scale. *School Psychology International*, *12*(3), 231–240. https://doi.org/10.1177/0143034391123010

Kaplan, R. (2001). The nature of the view from home: Psychological benefits. *Environment and Behavior*, *33*(4), 507–542. https://doi.org/10.1177/00139160121973115

Kellert, S. R., & Wilson, E. O. (1993). *The Biophilia Hypothesis*. Island Press.

Kementerian Negara Lingkungan Hidup. (2019). *Indeks Kualitas Lingkungan Hidup Indonesia 2019*.

Mayer, F. S., & Frantz, C. M. (2004). The connectedness to nature scale: A measure of individuals' feeling in community with nature. *Journal of Environmental Psychology*, *24*(4), 503–515. https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2004.10.001

Nisbet, E. K., Zelenski, J. M., & Murphy, S. A. (2009). The Nature Relatedness Scale. *Environment and Behavior*, *41*(5), 715–740. https://doi.org/10.1177/0013916508318748

Okkels, N., Kristiansen, C. B., Munk-Jørgensen, P., & Sartorius, N. (2018). Urban mental health. *Current Opinion in Psychiatry*, *31*(3), 258–264. https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000413

Passmore, H. A., & Howell, A. J. (2014). Nature involvement increases hedonic and eudaimonic well-being: A two-week experimental study. *Ecopsychology*, *6*(3), 148–154.

Peen, J., Schoevers, R. A., Beekman, A. T., & Dekker, J. (2010). The current status of urban-rural differences in psychiatric disorders. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, *121*(2), 84–93. https://doi.org/10.1111/ j.1600-0447.2009.01438.x

Priyanto, P. H. (2014). Subjective well-being pada remaja ditinjau dari kesadaran lingkungan. *Psikodimensia*, *13*(1), 10–21.

Raharja, B. N., & Indati, A. (2019). Hubungan antara Kebijaksanaan dengan Kepuasan Hidup pada Remaja. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, *4*(2), 96. https://doi.org/10.22146/gamajop.46354

Rosa, M. C. (2022). *Mahasiswa Diduga Bunuh Diri Lompat dari Lantai 11 Hotel, Psikolog: Depresi Kondisi Serius*. https://regional.kompas.com/read/2022/10/ 14/092232678/mahasiswa-diduga-bunuh- diri-lompat-dari-lantai-11-hotel-psikolog- depresi?page=all

Sari, E. N. M. (2019). Hubungan antara emotion focused coping dan kepuasan hidup pada mahasiswa. *Cognicia*, *7*(1). https://doi.org/10.22219/cognicia.v7i1.8116

Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, *11*(3), 201–230. https://doi.org/10.1016/S0272-4944(05)80184-7

Utami, K. D. (2023, Oktober 12). *Rentetan Kasus Bunuh Diri di Semarang, Lingkungan Perlu Lebih Peka*. https://www.kompas.id/baca/nusantara/2023/10/12/rentetan-kasus-bunuh-diri-di-se marang-lingkungan-diharapkan-lebih-peka

van Beuningen, J. (2012). *The Satisfaction With Life Scale Examining Construct Validity*. Statistics Netherlands.

Wahyuni, E., & Maulida, I. (2019). Hubungan antara kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri Se-Jakarta Pusat. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, *8*(2), 173–180. https://doi.org/10.21009/INSIGHT.082.08

White, M. P., Pahl, S., Wheeler, B. W., Depledge, M. H., & Fleming, L. E. (2017). Natural environments and subjective wellbeing: Different types of exposure are associated with different aspects of wellbeing. *Health & Place*, *45*, 77–84. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2017.03.008

Zhang, G., Ren, Y., Yu, Y., & Zhang, L. (2022). The impact of air pollution on individual subjective well-being: Evidence from China. *Journal of Cleaner Production*, *336*, 130413. https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2022.130413