



HUBUNGAN HARGA DIRI DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KESEHATAN MENTAL EMOSIONAL REMAJA DI PALANGKA RAYA, KALIMANTAN TENGAH

Irene Febriani¹ □, Itma Annah², Destinady K. Miden³

^{1,2}Program Studi Diploma III Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

³Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

irene.febriani@polkesraya.ac.id

Abstrak

Disebabkan potensi dampaknya terhadap pertumbuhan dan kesehatan, masalah kesehatan mental remaja membutuhkan perhatian. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk meneliti hubungan antara kesehatan emosional dan mental remaja dengan faktor-faktor seperti harga diri dan dukungan keluarga. Metodologi kuantitatif berdasarkan desain cross-sectional digunakan dalam penelitian ini. Sebanyak 125 remaja (berusia 15 hingga 18 tahun) dipilih secara acak dari 125 remaja di Kota Palangka Raya selama musim panas tahun 2025. Kesehatan emosional, harga diri, dan data tentang dukungan keluarga (termasuk bantuan informasional, apresiatif, instrumental, dan emosional) termasuk di antara topik yang dibahas. Kami menggunakan regresi logistik untuk analisis multivariat, uji chi-square untuk analisis bivariat, dan analisis univariat untuk data. Responden tidak menderita penyakit emosional atau mental, dan mayoritas memiliki harga diri yang kuat. Temuan analisis memperlihatkan ditemukan hubungan signifikan antara harga diri serta dukungan keluarga berupa informasi, instrumental, dan emosional dengan kesehatan mental emosional remaja ($p < 0,05$). Harga diri dan dukungan keluarga berperan penting terhadap kesehatan mental emosional remaja. Peningkatan harga diri serta keterlibatan keluarga dalam memberikan dukungan yang memadai dapat membantu menjaga kesehatan mental remaja.

Kata Kunci: Remaja, Harga diri, Dukungan keluarga

Abstract

Due to its potential impact on growth and well-being, adolescent mental health issues require attention. The primary objective of this study was to examine the relationship between adolescents' emotional and mental well-being and factors such as self-esteem and family support. A quantitative methodology based on a cross-sectional design was used in this study. A total of 125 adolescents (aged 15 to 18) were randomly selected from 125 adolescents in Palangka Raya City during the summer of 2025. Emotional well-being, self-esteem, and data on family support (including informational, appreciative, instrumental, and emotional support) were among the topics discussed. We used logistic regression for multivariate analysis, chi-square test for bivariate analysis, and univariate analysis for the data. Respondents did not suffer from emotional or mental illness, and the majority had strong self-esteem. The analysis findings showed a significant relationship between self-esteem and family support in the form of informational, instrumental, and emotional support with adolescents' emotional mental health ($p < 0.05$). Self-esteem and family support play an important role in adolescents' emotional mental health. Increasing self-esteem and family involvement in providing adequate support can help maintain adolescent mental health.

Keywords: Teenager, Self-esteem, Family Support

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

* Corresponding author :

Address : Jl. George Obos No 32, Palangka Raya, Kalimantan Tengah

Email : irene.febriani@polkesraya.ac.id

Phone : 081352751930

PENDAHULUAN

Orang yang mengalami transisi cepat menuju kedewasaan diklasifikasikan sebagai remaja jika usia mereka antara 10 dan 19 tahun (WHO). Remaja mengalami banyak perubahan, baik secara emosional maupun fisik, dan ini juga saat mereka mulai mencari tahu siapa diri mereka dan bagaimana menjadi mandiri dalam situasi sosial. Pola hidup yang dibentuk saat remaja sangat menentukan kualitas hidup di masa tua, fase ini dianggap sebagai salah satu periode paling menentukan dalam siklus hidup manusia (1). Dengan demikian, investasi pada kesejahteraan remaja hari ini adalah investasi jangka panjang bagi kualitas masyarakat secara keseluruhan.

Fase remaja melibatkan transformasi yang lebih luas daripada sekadar perubahan fisik akibat pubertas mencakup perkembangan emosional dan psikologis yang rumit. Pada periode ini, individu harus menghadapi berbagai tantangan, mulai dari ekspektasi akademik dan dinamika keluarga hingga tekanan dari teman sebaya serta adaptasi sosial (2). Kesehatan mental emosional merupakan kondisi kesehatan psikologis dimana individu mampu mengatasi tekanan kehidupan sehari-hari, termasuk mengelola emosi mereka, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta berfungsi secara produktif di masyarakat (3).

Persoalan kesehatan mental pada remaja kini telah menjadi fokus perhatian di tingkat internasional. World Health Organization (WHO) mengungkapkan bahwasanya kurang lebihnya 14% atau 1 dari 7 remaja di seluruh dunia (rentang usia 10–19 tahun) hidup dengan gangguan mental. Kondisi seperti depresi, kecemasan, serta masalah perilaku menjadi faktor dominan pemicu penyakit dan disabilitas pada kelompok ini (4). Data survei kesehatan remaja tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 20,3% remaja usia 12–17 tahun bergumul dengan penyakit perilaku atau kesehatan mental seperti gangguan bipolar, skizofrenia, atau kecemasan.

Gangguan kecemasan merupakan kondisi yang paling sering ditemukan dengan prevalensi sekitar 16,1%, diikuti depresi sebesar 8,4% dan gangguan perilaku sebesar 6,3%. Selain itu, prevalensi gangguan kesehatan mental pada remaja mengalami peningkatan sekitar 35% dalam periode 2016 hingga 2023, yang memperlihatkan permasalahan kesehatan mental pada remaja semakin meningkat secara signifikan (5). Harga diri didefinisikan sebagai bentuk evaluasi personal mengenai kapasitas, nilai, serta martabat seorang individu (6). Studi menunjukkan bahwa bagi remaja, self-esteem berperan sebagai tameng pelindung yang meminimalisir risiko gangguan mental, termasuk masalah emosi dan perilaku. Fenomena ini diperkuat oleh temuan di Indonesia yang mengonfirmasi bahwa remaja yang merasa percaya diri secara emosional dan mental lebih mungkin untuk sukses. (7). Di samping itu, peran

keluarga sebagai lingkungan sosial primer sangat krusial; dukungan dan fungsi keluarga yang efektif berkorelasi signifikan terhadap kesehatan mental remaja (8).

Kondisi psikologis remaja di Kota Palangka Raya sekarang ini membutuhkan atensi khusus dari berbagai pihak, mulai dari tenaga medis, lembaga pendidikan, hingga pemerintah setempat, mengingat adanya indikasi gejala stres, kecemasan, hingga depresi. Menurut statistik dari Riskesdas, frekuensi masalah kesehatan mental emosional pada populasi berusia 15 tahun ke atas di wilayah ini adalah 5,47 persen pada tahun 2018 (9). Lebih lanjut, skrining kesehatan mental mempergunakan Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) mengungkapkan temuan yang signifikan: sebanyak 53,34% remaja terdeteksi mengalami gejala depresi ringan dan 23,33% lainnya berada pada kategori depresi sedang (10).

Penelitian mengenai kesehatan mental emosional remaja di Indonesia, khususnya di tingkat daerah seperti Kota Palangka Raya, masih relatif terbatas. Data yang tersedia umumnya bersifat nasional atau provinsi sehingga belum memberikan gambaran yang jelas mengenai kondisi kesehatan mental remaja di wilayah tersebut. Akibatnya, penelitian yang mengamati pengaruh memiliki harga diri yang tinggi dan memiliki keluarga yang suportif terhadap kesehatan emosional dan mental remaja di Kota Palangka Raya menjadi penting untuk dilakukan guna mengisi kesenjangan penelitian yang ada serta memberikan data empiris yang mampu berfungsi sebagai landasan dalam menciptakan inisiatif pencegahan dan promotif untuk meningkatkan kesehatan mental remaja.

METODE

Pendekatan cross-sectional dipergunakan pada penelitian kuantitatif ini. Penelitian ini dilakukan dari bulan Juli hingga Agustus 2025. di Kota Palangka Raya, Provinsi Kalimantan Tengah. Populasi target yaitu remaja pada Sekolah Menengah Atas (SMA) Kota Palangka Raya berusia 15 – 18 tahun. Pengambilan sampel dilakukan melalui teknis probability sampling untuk SMA terpilih dilanjutkan dengan metode simple random sampling pada kerangka sampel yang telah tersedia. Perhitungan besar sampel menghasilkan sebanyak 125 remaja, dengan kekuatan uji 95%. Tahapan pengolahan data yaitu pengumpulan data, persiapan data yang mencakup transformasi data ke dalam bentuk koding, pemrosesan dan penyimpanan data serta penyajian dan interpretasi hasil. Data dianalisis menggunakan regresi logistik berganda multivariat, chi-square bivariat, dan distribusi frekuensi univariat. Komisi Etika Penelitian Kesehatan Politeknik Kementerian Kesehatan Palangka Raya

memberikan izin untuk penelitian ini pada tahun 2025 dengan nomor 1088/I/KE.PE/2025.

Pengumpulan data secara primer untuk variabel kesehatan mental emosional menggunakan instrumen kuisisioner Self – Reporting Quistionnaire (SRQ) dibuat oleh WHO dan terdiri dari dua puluh pertanyaan dan jawaban dengan hasil uji validitas menggunakan r hitung rentang 0,708 – 0,941 (> r tabel) dan uji reliabilitas nilai cornbach’s alpha 0,981 (>0,688) (11). Untuk mengumpulkan informasi tentang harga diri, para peneliti mengandalkan kuesioner Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) yang terdiri dari 10 item karya Morris Rosenberg dengan hasil uji validitas menggunakan r hitung rentang 0,514 – 0,703 (> r tabel) dan uji reliabilitas nilai cornbach’s alpha 0,940 (>0,688) (12). Pengumpulan data untuk variabel dukungan keluarga menggunakan instrumen kuisisioner dukungan keluarga yang dikembangkan oleh Nursalam terdiri dari 25 pertanyaan dengan hasil uji validitas menggunakan r hitung rentang 0,477 – 0,799 (> r tabel) dan uji reliabilitas nilai cornbach’s alpha 0,825 (>0,688) (9).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Harga Diri, Dukungan Keluarga (Informasi, Penghargaan, Instrumental, Emosional) dan Kesehatan Mental Emosional Remaja

Variabel	Frekuensi
Harga Diri	
Tinggi	77 (61,6)
Sedang	19 (15,2)
Rendah	29 (23,2)
Dukungan Informasi	
Mendukung	59 (47,2)
Tidak Mendukung	66 (52,8)
Dukungan Penghargaan	
Mendukung	91 (72,8)
Tidak Mendukung	34 (27,2)
Dukungan Instrumental	
Mendukung	85 (68)
Tidak Mendukung	40 (32)
Dukungan Emosional	
Mendukung	94 (75,2)
Tidak Mendukung	31 (24,8)
Kesehatan Mental Emosioanal	
Tidak ada gejala gangguan	103 (82,4)
Ada gejala gangguan	22 (17,6)

Berdasarkan tabel 1 terdapat enam variabel yang dianalisis secara distribusi frekuensi. Sebanyak 77 remaja (61,6 %) memiliki harga diri tinggi. Sebanyak 59 keluarga (47,2 %) memberikan dukungan informasi. Sebanyak 91 keluarga (72,8 %) memberikan dukungan penghargaan. Sebanyak

85 keluarga (68 %) memberikan dukungan instrumental. Sebanyak 94 keluarga (75,2%) memberikan dukungan emosional. Sebanyak 103 remaja (82,4 %) tidak ada gejala gangguan mental emosional.

Tabel 2. Analisi Bivariat Hubungan Harga Diri dan Dukungan Keluarga dengan Kesehatan Mental emosional Remaja

Variabel	Kesehatan Mental Emosional Remaja		
	Tidak ada Gejala n (%)	Ada Gejala n (%)	Crude OR (95% CI)
Harga Diri*			
Tinggi	71 (92,2)	6 (7,8)	-
Sedang	12 (63,2)	7 (36,8)	6,9 (1,9-24,1)
Rendah	20 (69,0)	9 (31,0)	5,3 (1,6-16,7)
Dukungan Informasi*			
Mendukung	54 (91,5)	5 (8,5)	-
Tidak Mendukung	49 (74,2)	17 (25,8)	3,7 (1,2-10,9)
Dukungan Penghargaan			
Mendukung	76 (83,5)	15 (16,5)	-
Tidak Mendukung	27 (79,4)	7 (20,6)	1,3 (0,4-3,5)
Dukungan Instrumental*			
Mendukung	75 (88,2)	10 (11,8)	-
Tidak Mendukung	28 (70)	12 (30)	3,2 (1,2-8,2)
Dukungan Emosional*			
Mendukung	83 (88,3)	11 (11,7)	-
Tidak Mendukung	20 (64,5)	11 (35,5)	4,1 (1,5-10,9)

*:p value < 0,05

Berdasarkan tabel 2 merupakan analisis bivariat antara variabel harga diri, dukungan keluarga (informasi, penghargaan, instrumental, emosional) terhadap kesehatan mental emosional remaja. Remaja yang mempunyai gejala gangguan mental emosional pada harga diri sedang sebanyak 7 orang (36,8 %). Remaja dengan harga diri sedang berpeluang 6,9 kali (95 % CI 1,9- 24,1) untuk mengalami gejala gangguan mental emosional. Diperlihatkan hubungan signifikan ditemukan mengacu temuan analisis statistik (p value 0,002 < 0,05) antara harga diri sedang dengan kesehatan mental emosional remaja. Remaja dengan harga diri rendah berpeluang 5,3 kali (95 % CI 1,6 – 16,7) untuk mengalami gejala gangguan mental emosional. Diperlihatkan hubungan signifikan ditemukan mengacu temuan analisis statistik (p value 0,004 < 0,05).

Dari remaja yang disurvei, 17 (atau 25,8%) memiliki anggota keluarga yang tidak menawarkan bantuan atau informasi kesehatan emosional atau mental apa pun. Gejala masalah emosional dan mental lebih umum terjadi pada keluarga yang tidak menawarkan bantuan informasi kepada remaja, dengan peningkatan risiko 3,7 kali lipat (95% CI 1,2-10,9). Investigasi statistik mengungkapkan korelasi yang signifikan (nilai $p < 0,017 < 0,05$). Keluarga yang tidak menawarkan dukungan harga diri dikaitkan dengan 7 remaja (20,6%) yang menunjukkan indikasi penyakit emosional dan mental. Gejala masalah emosional dan mental lebih umum terjadi pada keluarga yang tidak menawarkan dukungan harga diri kepada remaja, dengan peningkatan risiko 1,3 kali lipat (95% CI 0,40 - 35). Tidak ditemukan hubungan yang signifikan secara statistik (nilai $p < 0,604 > 0,05$).

Remaja yang memiliki gejala gangguan mental emosional dari keluarga yang tidak memberikan dukungan instrumental sejumlah 12 orang (30%). Keluarga yang tidak memberikan dukungan instrumental kepada remaja berpeluang 3,2 kali (95% CI 1,2 – 8,2) untuk mengalami gejala gangguan mental emosional. Diperlihatkan hubungan signifikan ditemukan mengacu temuan analisis statistik ($p < 0,022 < 0,05$). Dari keluarga yang tidak memberikan dukungan emosional, 11 remaja (35,5%) menunjukkan indikator penyakit emosional dan mental. Keluarga yang tidak memberikan dukungan emosional pada remaja berpeluang 4,1 kali (95% CI 1,5 – 10,9) untuk mengalami gejala gangguan mental emosional. Diperlihatkan hubungan signifikan ditemukan mengacu temuan analisis statistik ($p < 0,005 < 0,05$).

Hubungan Harga Diri dengan Kesehatan Mental Emosional Remaja

Harga diri seseorang dapat didefinisikan sebagai persepsi mereka tentang nilai dan harga diri mereka sendiri yang mempengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan berperilaku dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan (13). Persepsi diri yang positif umum terjadi di kalangan remaja yang mempunyai tingkat harga diri yang sehat, yang memungkinkan mereka mengelola emosi dan tekanan hidup secara lebih efektif. Karakteristik ini mencakup rasa percaya diri, sikap optimis, serta kemampuan coping yang mumpuni dalam penyelesaian masalah. Sebaliknya, kurangnya kepercayaan diri membuat seseorang lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental termasuk kesedihan, kekhawatiran, dan stres. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan individu tersebut untuk memberikan penilaian negatif pada diri sendiri serta adanya perasaan tidak mampu dalam menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari.

Sejalan dengan hasil penelitian ini, yaitu harga diri sedang dan rendah berpeluang 5,3 – 6,9 kali mengalami gejala gangguan kesehatan mental emosional pada remaja. Penelitian Sarfika, et al menyatakan bahwa harga diri merupakan salah satu faktor psikologis penting yang berperan dalam menentukan kesehatan mental seseorang (14). Terdapat korelasi positif antara tingginya harga diri dengan rendahnya risiko gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan. Sebaliknya, harga diri yang rendah diidentifikasi sebagai prediktor utama munculnya gejala depresi, khususnya pada kelompok remaja dan dewasa muda. Dengan memiliki harga diri yang tinggi, ketahanan psikologis (*psychological resilience*) individu akan meningkat, sehingga mereka lebih tangguh dalam menghadapi tekanan dari aspek sosial, akademik, maupun lingkungan keluarga. Penelitian Hendrianto, et al juga menunjukkan bahwa harga diri berperan sebagai faktor protektif terhadap berbagai persoalan kesehatan mental pada remaja, mencakup stres, depresi, serta perilaku menyakiti diri sendiri (15).

Hubungan Dukungan informasi dari keluarga dengan kesehatan Mental Emosional Remaja

Dukungan informasi dari keluarga merupakan salah satu komponen penting yang meliputi pemberian nasihat, bimbingan, serta saran praktis bagi individu dalam menghadapi berbagai permasalahan. Pada masa remaja, peran keluarga sebagai sumber informasi yang dapat dipercaya menjadi sangat penting karena berkaitan dengan tahap pencarian jati diri serta kebutuhan akan arahan dalam mengambil keputusan. Remaja yang mendapatkan informasi yang cukup dari lingkungan keluarga umumnya memiliki literasi emosional dan kemampuan pemecahan masalah yang lebih baik, sehingga dapat mendukung kestabilan kesehatan mental mereka.

Temuan studi memperlihatkan Keluarga yang tidak memberikan dukungan informasi pada remaja berpeluang 3,7 kali (95% CI 1,2 – 10,9) untuk mengalami gejala gangguan mental emosional. Penelitian Jimenez-Granado et al menunjukkan bahwa dukungan informasi dari orang tuanya mampu mendorong remaja ketika mengembangkan kemampuan coping yang lebih baik dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan (16). Remaja yang memiliki komunikasi terbuka dengan orang tua cenderung lebih mudah mencari bantuan ketika menghadapi masalah sehingga risiko terjadinya gangguan mental emosional dapat berkurang. Dukungan informasi yang disampaikan oleh keluarga juga mampu menumbuhkan rasa aman dan kepercayaan diri pada remaja sehingga mereka lebih mampu menyelesaikan berbagai tantangan perkembangan yang dihadapi.

Hubungan Dukungan Penghargaan dari keluarga dengan kesehatan Mental Emosional Remaja

Dukungan penghargaan merupakan salah satu bentuk dukungan sosial dalam keluarga yang ditunjukkan melalui pengakuan, apresiasi, dan perhatian terhadap usaha serta kemampuan remaja. Pemberian afirmasi ini berperan dalam memperkuat efikasi diri dan menumbuhkan rasa diterima dalam lingkungan keluarga. Remaja yang mendapatkan penghargaan atas prestasinya akan mempunyai motivasi lebih tinggi, rasa percaya diri yang kuat, serta kemampuan mengatur emosi yang lebih baik ketika menghadapi tekanan hidup. Sebaliknya, kurangnya pengakuan terhadap usaha remaja mampu menimbulkan perasaan tidak berharga dan rendah diri (*inferiority*) yang berpotensi menyebabkan gangguan mental emosional.

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan anatara dukungan penghargaan dengan kesehatan mental emosional remaja ($P \text{ Value} > 0,05$). Berbeda dengan penelitian Racine, et al yang menunjukkan hasil dukungan penghargaan, dapat meningkatkan kesehatan psikologis serta menurunkan risiko gangguan mental pada remaja (17). Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa pemberian pujian, pengakuan, atau bentuk penghargaan dari keluarga tidak selalu secara langsung berdampak pada kondisi kesehatan mental emosional remaja. Ketika tahapan perkembangan remaja, individu memulai lebih banyak menggali pengakuan serta penerimaan dari lingkungan sosial di luar keluarga, khususnya dari teman sebaya. Oleh sebab itu, meskipun dukungan penghargaan dari keluarga tetap memiliki peran penting, pengaruhnya terhadap kesehatan mental emosional remaja tidak selalu tampak secara langsung ataupun signifikan.

Hubungan Dukungan Instrumental dari keluarga dengan kesehatan Mental Emosional Remaja

Sebagai salah satu bentuk dukungan sosial, dukungan instrumental berasal dari anggota keluarga yang menawarkan bantuan praktis atau pertolongan langsung, misalnya penyediaan kebutuhan finansial, fasilitas belajar, bantuan dalam menyelesaikan masalah sehari-hari, serta pemberian akses terhadap layanan kesehatan dan pendidikan. Bantuan nyata dari keluarga dapat membuat remaja merasa bahwa mereka tidak menghadapi masalah sendirian dan memiliki sumber daya yang mampu membantu mereka mengatasi kesulitan yang dihadapi (18). Remaja mungkin menemukan kelegaan, meningkatkan harga diri, dan menjaga kestabilan mental mereka dengan kondisi ini.

Temuan studi memperlihatkan Keluarga dengan tidak menyampaikan dukungan instrumental pada remaja berpeluang 3,2 kali (95%

CI 1,2 – 8,2) untuk mengalami gejala gangguan mental emosional. Penelitian serupa Shao, et al remaja yang merasa mendapatkan bantuan serta dukungan nyata dari keluarga cenderung memiliki rasa aman dan dukungan sosial yang kuat berakibat lebih mampu menghadapi berbagai tantangan perkembangan dengan lebih baik (19). Dukungan tersebut juga dapat memperkuat hubungan antara orang tua dan remaja sehingga menciptakan lingkungan keluarga yang lebih kondusif bagi perkembangan psikologis remaja (20).

Hubungan Dukungan Emosional dari keluarga dengan kesehatan Mental Emosional Remaja

Dukungan emosional keluarga yang mencakup perhatian dan pemahaman terhadap perasaan anak sangat krusial untuk menciptakan rasa aman bagi remaja. Ketika mereka merasa diterima, remaja cenderung lebih terbuka dan mampu mengelola stres dengan lebih baik. Hubungan yang harmonis ini tidak hanya memperkuat struktur keluarga, tetapi juga berperan sebagai langkah preventif terhadap berbagai masalah emosional dan gangguan kesehatan mental pada masa remaja.

Temuan studi memperlihatkan Keluarga yang tidak menyampaikan dukungan emosional pada remaja berpeluang 4,1 kali (95% CI 1,5 – 10,9) untuk mengalami gejala gangguan mental emosional. Sejalan dengan penelitian ini, penelitian Karokaro, et al Remaja yang merasakan perhatian, empati, dan komunikasi yang baik dari keluarga memiliki kemungkinan yang lebih kecil mengalami depresi dibandingkan remaja yang kurang mendapatkan dukungan emosional dari (21). Lingkungan keluarga yang memberikan dukungan emosional yang positif juga dapat meningkatkan kesehatan psikologis remaja secara keseluruhan. Lingkungan keluarga yang hangat dan penuh perhatian dapat membantu remaja membangun hubungan interpersonal yang baik serta meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola emosi dan menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

SIMPULAN

Kesehatan emosional dan mental remaja berkorelasi signifikan dengan harga diri mereka ($p \text{ value } 0,004 - 0,001$), odd ratio 5,3 (95 % CI 1,6 – 16,7)- 6,9 (95 % CI 1,9- 24,1). Dukungan dari anggota keluarga mengenai informasi memiliki dampak yang besar terhadap kesehatan emosional dan mental remaja ($p \text{ value } 0,017 < 0,05$), odd ratio 3,7 (95% CI 1,2 – 10,9). Kesehatan emosional dan mental remaja tidak terkait dengan ada atau tidaknya dukungan keluarga ($p \text{ value } 0,604 > 0,05$), odd ratio 1,3 (95% CI 0,40 – 35). Kesehatan emosional dan mental remaja berkorelasi signifikan dengan jumlah bantuan instrumental yang mereka terima dari keluarga

mereka (p value $0,022 < 0,05$), odd ratio 3,2 (95% CI 1,2 – 8,2). Ketika remaja menerima dukungan emosional dari keluarga mereka, hal itu memiliki pengaruh yang mendalam terhadap kesehatan mental dan emosional mereka (p value $0,005 < 0,05$), odd ratio 4,1 (95% CI 1,5 – 10,9).

DAFTAR PUSTAKA

- Pratiwi L, Nawangsari H. Penyuluhan Gaya Hidup Sehat Remaja. *Jurnal Abdi Medika ITS Kes Insan Cendekia Medika*. 2022;2(2).
- Orben A, Tomova L, Jayne-Balemor S. The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. *Lancet Child Adolesc Health*. 2020;4(8).
- Lin H, Chen H, Liu Q, Xu J, Li S. A meta-analysis of the relationship between social support and physical activity in adolescents: the mediating role of self-efficacy. *Front Psychol*. 2024;12(14).
- Anderson TL, Valiauga R, Tallo C, Hong CB, Manoranjithan S, Domingo C. Contributing Factors to the Rise in Adolescent Anxiety and Associated Mental Health Disorders: A Narrative Review of Current Literature. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs*. 2024;38(1).
- Morcillo V, Ferrer-Ribot M, Mut-Amengual B, Bagur S, Rosello MR. Mental Health and Suicide Attempts in Adolescents: A Systematic Review. *Healthcare*. 2025;13(9).
- Solmi M, Radua J, Olivola M, Croce E. Age at onset of mental disorders worldwide: large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. *Mol Psychiatry*. 2022;27(1).
- Mahat D, Neupane D, Shrestha S. Advancing Self-Esteem Research in Business, Management, and Accounting: A Bibliometric Analysis of the Last Decade (2015- 2024). *Journal of Logistics, Informatics and Service Science*. 2024;11(9).
- Carlen K, Souminen S, Augustine L. The association between adolescents' self-esteem and perceived mental well-being in Sweden in four years of follow-up. *BMC Psychol*. 2023;25(11).
- Risikesdas. Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas) 2018, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta; 2018. Report.
- Simanungkalit AG, Sompie AS. Hubungan Antara Harga Diri dan Kecemasan Siswa Sekolah Menengah Atas. *SUMIKOLAH Jurnal Ilmu Pendidikan*. 2025;3(1).
- Shek D, leung KH, Dou D, Zhu X. Impact of Family Functioning on Adolescent Materialism and Egocentrism in Mainland China: Positive Youth Development Attributes as a Mediator. *International Journal of Environmental Research and Public Health (IJERPH)*. 2022;19(17).
- Qian M, Jin R, Lu C, Zhao M. Parental emotional support, self-efficacy, and mental health problems among adolescents in Hong Kong: a moderated mediation approach. *Frontiers in Psychiatry Adolescent and Young Adult Psychiatry*. 2024;15(1).
- Jimenez-Granado A, Rodriguez-Gonzalez S, Prieto-Fidalgo A. The Role of Resilience and Support From Others in the Association Between Family Support and Internalizing Symptoms in Spanish-Speaking Trans and Nonbinary Youth. *Elsevier*. 2025;3(4).
- Racine N, McArthur BA, Cooke Je. Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19. *JAMA Pediatr*. 2021;175(11).
- Fitzpatrick M, Anderson A, Browning C, Ford JL. Relationship Between Family and Friend Support and Psychological Distress in Adolescents. *J Pediatric Health Care*. 2024;38(6).
- Shao L, Zhong J di, Wu HP. The mediating role of coping in the relationship between family function and resilience in adolescents and young adults who have a parent with lung cancer. *Support Care Cancer*. 2022;30(6).
- Bi S, Stevens G, Maes M. Perceived Social Support from Different Sources and Adolescent Life Satisfaction Across 42 Countries/Regions: The Moderating Role of National-Level Generalized Trust. *J Karokaro TM, Yanis A, Aprizal A, Kardisman H. The Influence of Family Emotional Support on the Incidence of Depression in Adolescents. Jurnal Kesehatan Kimunitas*. 2025;11(2).