

## HUBUNGAN PERAN ORANG TUA DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA SISWA DI SMA NEGERI 1 MLATI

Rahma Alnodula<sup>1\*</sup>, Yekti Satriyandari<sup>2</sup>

S1 Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta<sup>1,2</sup>

\*Corresponding Author : rahmaalnodula08@gmail.com

### ABSTRAK

Depresi, kecemasan dan gangguan perilaku merupakan salah satu penyebab utama penyakit dan kecacatan dikalangan remaja. Sedangkan bunuh diri merupakan penyebab kematian keempat pada anak usia 15-29 tahun. Diperkirakan 3,6% anak usia 10-14 tahun dan 4,6% anak usia 15-19 tahun mengalami gangguan kecemasan. Depresi terjadi pada 1,1% remaja berusia 10-14 tahun dan 2,8% pada remaja berusia 15-19 tahun. Gangguan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), yang ditandai dengan kesulitan memperhatikan, aktivitas berlebihan dan bertindak tanpa memperdulikan konsekuensinya terjadi pada 3,1% anak usia 10-14 tahun dan 2,4% anak usia 15-19 tahun. Gangguan perilaku (meliputi gejala perilaku destruktif atau menantang) terjadi pada 3,6% anak usia 10-14 tahun dan 2,4% anak usia 15-19 tahun. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Mlati pada tanggal 12 Juni 2024 didapatkan data dari hasil wawancara yang dilakukan kepada 10 siswa kelas 11, didapatkan hasil 6 siswa (60%) mengalami gangguan kesehatan mental dan 4 siswa (40%) tidak mengalami gangguan kesehatan mental. Penelitian ini bersifat korelasi dengan desain penelitian cross-sectional yang bertujuan untuk mengamati hubungan antara faktor resiko dengan akibat yang terjadi berupa penyakit atau keadaan kesehatan dalam waktu yang bersamaan. Didapatkan bahwa siswa yang peran orang tuanya baik tidak mengalami gangguan sebanyak 20 responden dan yang mengalami gangguan sebanyak 34 responden sedangkan peran orang tua cukup siswa yang tidak mengalami gangguan mental sebanyak 10 responden dan yang mengalami gangguan sebanyak 36 responden. Hasil uji Spearman didapatkan hasil sig.(2-tailed) sebesar 0.002 dimana hasil ini lebih kecil dari 0.005 sehingga didapatkan bahwa terdapat hubungan antara peran orang tua dengan kesehatan mental anak remaja.

**Kata kunci** : kesehatan mental remaja, peran orang tua

### ABSTRACT

*Depression, anxiety, and behavioral disorders are leading causes of illness and disability among adolescents. Suicide ranks as the fourth leading cause of death among individuals aged 15-29 years. Approximately 3.6% of children aged 10-14 years and 4.6% of adolescents aged 15-19 years old experience anxiety disorders. Depression affects 1.1% of adolescents aged 10-14 years and 2.8% of those aged 15-19 years. Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), characterized by difficulty concentrating, hyperactivity, and impulsive actions, occurs in 3.1% of children aged 10-14 years and 2.4% of adolescents aged 15-19 years. Behavioral disorders, including destructive or oppositional behaviors, occur in 3.6% of children aged 10-14 years and 2.4% of adolescents aged 15-19 years. This study aims to investigate the correlation between parental roles and mental health among adolescents at SMA Negeri (State Senior High School) 1 Mlati. A cross-sectional correlational study design was employed to observe the correlation between risk factors and health outcomes simultaneously. Preliminary data collected on June 12, 2024, through interviews with 10 eleventh-grade students revealed that 6 students (60%) experienced mental health disorders, while 4 students (40%) did not. Among students with good parental roles, 20 reported no mental health issues, while 34 experienced mental health problems. For those with moderate parental involvement, 10 had no mental health issues, while 36 experienced them. Spearman's test showed a significant correlation ( $p$ -value = 0.002), which is less than 0.005, indicating a correlation between parental roles and adolescent mental health. The study confirms the importance of parental roles in influencing adolescent mental health.*

**Keywords** : parental roles, adolescent mental health

## PENDAHULUAN

Secara global, satu dari tujuh anak usia 10-19 tahun mengalami gangguan mental, yang merupakan 13% dari beban penyakit global pada kelompok usia ini. Depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku merupakan salah satu penyebab utama penyakit dan kecacatan di kalangan remaja. Bunuh diri menjadi penyebab kematian keempat pada anak usia 15-29 tahun. Diperkirakan 3,6% anak usia 10-14 tahun dan 4,6% anak usia 15-19 tahun mengalami gangguan kecemasan. Depresi terjadi pada 1,1% remaja berusia 10-14 tahun dan 2,8% pada remaja berusia 15-19 tahun. Gangguan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), yang ditandai dengan kesulitan dalam memperhatikan, aktivitas berlebihan, dan bertindak tanpa memperdulikan konsekuensinya, terjadi pada 3,1% anak usia 10-14 tahun dan 2,4% pada remaja usia 15-19 tahun. Gangguan perilaku, yang mencakup perilaku destruktif atau menantang, terjadi pada 3,6% anak usia 10-14 tahun dan 2,4% pada remaja usia 15-19 tahun (WHO, 2021).

Hasil Survei I-NAMHS (Indonesia National Adolescent Mental Health Survey) tahun 2022, yang merupakan survei kesehatan mental nasional pertama yang mengukur angka kejadian gangguan mental pada remaja berusia 10-17 tahun di Indonesia, menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental. Sementara itu, satu dari dua puluh remaja Indonesia mengalami gangguan mental dalam 12 bulan terakhir. Angka tersebut setara dengan 15,5 juta remaja yang mengalami gangguan mental dan 2,45 juta remaja yang memiliki gangguan mental dalam 12 bulan terakhir. Diperkirakan 3,7% remaja mengalami gangguan kecemasan, 1% mengalami depresi mayor, 0,9% mengalami gangguan perilaku, 0,5% mengalami gangguan stres pasca-trauma (PTSD), dan 0,5% mengalami gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD) (Kemenkes, 2023).

Selain itu, hasil Riskesdas 2013 menunjukkan angka gangguan jiwa berat di DIY (Daerah Istimewa Yogyakarta) sebesar 2,3 per mil, yang meningkat menjadi 10 per mil dalam kurun waktu 5 tahun. Artinya, setiap 1.000 penduduk terdapat satu penderita gangguan jiwa berat psikosis. Menurut Kepala Dinkes DIY, Pembajun Setyaningastutie, Sleman menjadi wilayah dengan jumlah penderita gangguan mental pada anak dan remaja yang tertinggi. Pada tahun 2022, tercatat sekitar 1.000 kasus gangguan mental di wilayah ini (Dinkes DIY, 2023). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Mlati pada tanggal 12 Juni 2024, melalui wawancara terhadap 10 siswa kelas 11, ditemukan bahwa 6 siswa (60%) mengalami gangguan kesehatan mental, sementara 4 siswa (40%) tidak mengalami gangguan tersebut. Lebih lanjut, dari wawancara dengan 6 siswa yang mengalami gangguan kesehatan mental, mereka mengungkapkan bahwa mereka merasa tertekan oleh orang tua mereka dan tidak bisa mengemukakan pendapat dengan leluasa. Hal ini menunjukkan adanya tekanan yang diterima oleh remaja dari orang tua, yang bisa menjadi salah satu faktor penyebab gangguan kesehatan mental. Penelitian ini penting untuk dilakukan guna menggali lebih dalam mengenai hubungan antara peran orang tua dengan kesehatan mental pada siswa di SMA Negeri 1 Mlati.

Teori yang mendasari pemahaman tentang pengaruh orang tua terhadap kesehatan mental remaja ini sejalan dengan pandangan Bowlby (1988), yang mengemukakan bahwa hubungan orang tua dan anak sangat berpengaruh pada perkembangan emosional anak, dan bisa menjadi faktor penting dalam perkembangan kesehatan mental mereka. Menurut Bowlby, ketidakmampuan orang tua untuk memberikan dukungan emosional yang cukup dapat menyebabkan anak mengalami kecemasan atau bahkan depresi. Selain itu, penelitian oleh Sanders dan Woolley (2005) juga menunjukkan bahwa peran orang tua yang terlalu dominan atau kontrol yang berlebihan dapat meningkatkan risiko gangguan mental pada anak. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai dampak peran orang tua terhadap kesehatan mental siswa.

## METODE

Penelitian ini bersifat korelasi dengan desain penelitian cross-sectional yang bertujuan untuk mengamati hubungan antara peran orang tua dengan kesehatan mental. Data yang digunakan adalah data primer yang dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur peran orang tua serta kuesioner SRQ-20 (Self Reporting Questionnaire-20) untuk mengukur kesehatan mental siswa. Kuesioner peran orang tua akan digunakan untuk menilai sejauh mana orang tua memberikan dukungan emosional, komunikasi, dan kontrol dalam kehidupan anak-anak mereka. Sedangkan SRQ-20 digunakan untuk mendeteksi adanya gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, dan gangguan lainnya pada remaja. Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 1 Mlati yang telah dipilih secara total sampling, di mana sampel diambil berdasarkan kriteria tertentu, seperti siswa kelas 11 yang berusia antara 16 hingga 17 tahun, yang dianggap relevan dengan topik penelitian. Selain itu, data juga dapat diperoleh melalui wawancara tambahan untuk memperdalam pemahaman mengenai kondisi psikologis siswa dan peran orang tua mereka.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji chi-square untuk menguji hubungan antara dua variabel kategori, yaitu peran orang tua dan status kesehatan mental siswa. Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang signifikan antara kategori peran orang tua (misalnya, peran orang tua yang tinggi vs rendah) dengan kondisi kesehatan mental siswa (misalnya, sehat mental vs gangguan mental). Selain itu, uji korelasi Spearman juga digunakan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara variabel-variabel yang memiliki data ordinal, seperti penilaian tingkat peran orang tua dan tingkat keparahan gangguan kesehatan mental siswa. Uji ini akan memberikan gambaran tentang hubungan yang ada antara dua variabel tanpa memerlukan distribusi normal dari data. Semua analisis akan dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik untuk memastikan keakuratan hasil dan interpretasi yang tepat.

## HASIL

### Hubungan Peran Orang Tua dan Kesehatan Mental

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

| Karakteristik        | Frekuensi (N) | Presentase (%) |
|----------------------|---------------|----------------|
| <b>Umur</b>          |               |                |
| 15 tahun             | 25            | 25             |
| 16 tahun             | 51            | 51             |
| 17 tahun             | 24            | 24             |
| <b>Jenis Kelamin</b> |               |                |
| Laki-Laki            | 28            | 28             |
| Perempuan            | 72            | 72             |

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental**

| Karakteristik            | Frekuensi (N) | Presentase (%) |
|--------------------------|---------------|----------------|
| Mengalami Gangguan       | 71            | 71             |
| Tidak Mengalami Gangguan | 29            | 29             |
| <b>Jumlah</b>            | <b>100</b>    | <b>100</b>     |

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Guspianto, dkk (2022) dimana hasil studi diperoleh mayoritas tingkat kesehatan mental anak adalah kurang baik (50,5%), sedangkan

peran orang tua dalam membimbing anak belajar sebagian besar baik (53,8%). Terdapat hubungan signifikan antara peran orang tua dengan persepsi kesehatan mental anak (Guspianto et al., 2022).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental**

| Karakteristik | Frekuensi (N) | Presentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Rendah        | 0             | 0              |
| Cukup         | 53            | 53             |
| Baik          | 47            | 47             |
| <b>Jumlah</b> | <b>100</b>    | <b>100</b>     |

**Tabel 4. Hubungan Peran Orang Tua dengan Kesehatan Mental Siswa**

| Peran<br>Orang Tua | Kesehatan Mental         |    |                    |    | Total |     | P-value |
|--------------------|--------------------------|----|--------------------|----|-------|-----|---------|
|                    | Tidak Mengalami Gangguan |    | Mengalami Gangguan |    |       |     |         |
|                    | f                        | %  | f                  | %  | f     | %   |         |
| Baik               | 20                       | 20 | 34                 | 34 | 54    | 54  | .002    |
| Cukup              | 10                       | 10 | 36                 | 36 | 46    | 46  |         |
| Total              | 30                       | 30 | 70                 | 70 | 100   | 100 |         |

## PEMBAHASAN

### Peran Orang Tua

Berdasarkan dari hasil distribusi data didapatkan peran orang tua pada remaja di SMA Negeri 1 Mlati dengan 100 responden didapatkan 54 responden (54%) mendapatkan peran orang tua baik dan 46 responden lainnya (46%) mendapatkan peran orang tua cukup. Dan didapatkan seluruh responden tinggal bersama dengan orang tua. Cara orang tua memperlakukan anaknya seringkali digambarkan dalam dimensi kehangatan dan ketegasan, atau dukungan dan kendali orang tua. Dukungan orang tua mengacu pada tingkat penerimaan, keterlibatan emosional yang positif, dan daya tanggap yang ditunjukkan orangtua ketika mendidik anaknya. Kontrol orang tua disisi lain, dapat bersifat koersif yaitu sewenang-wenang, ditaati, mendominasi, berkaitan dengan menandai perbedaan status atau konfrontatif yaitu, beralasan, dapat dinegosiasikan, berorientasi pada hasil, berkaitan dengan pengaturan perilaku (Mata, 2023).

Orang tua merupakan saluran yang sangat penting bagi remaja untuk mengidentifikasi gejala kesehatan mental secara dini. Gangguan komunikasi orang tua-remaja dikaitkan dengan gejala depresi dan bunuh diri pada remaja, sementara komunikasi remaja yang terbuka dengan orang tua akan mengurangi gejala-gejala ini seiring berjalannya waktu dan dapat mendorong keterbukaan diri (Wecht et al., 2023). Menurut Yap, dkk (2014) dalam Lin, dkk (20204) berbagai faktor orang tua dikaitkan dengan peningkatan risiko depresi atau kecemasan remaja, seperti rendahnya tingkat kehangatan orang tua, pemberian otonomi dan pengawasan orang tua, dan tingkat konflik antar orang tua yang lebih tinggi, keterlibatan yang berlebihan, dan permusuhan. Faktor orang tua mungkin lebih berpengaruh selama pandemi, dengan meningkatnya waktu yang dihabiskan di rumah, berkurangnya kontak sosial dan dukungan di luar keluarga, dan remaja (Lin et al., 2024).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulfah (2021) dimana orang tua memiliki tanggung jawab untuk membantu kesehatan mental remaja. Peran orang tua yang sebaiknya dilakukan adalah melindungi anak, mendampingi, dan memberikan rasa nyaman. Membina komunikasi dua arah yang efektif dan mengembangkan praktik pengasuhan yang kuat. Peran orang tua sangat berpengaruh dalam menjaga kesehatan mental seorang remaja, sebagai anggota keluarga yang merasa diperhatikan, dukungan orang tua merupakan hubungan interpersonal yang terwujud dalam sikap dan perilaku penerimaan keluarga termaksud remaja.

## Kesehatan Mental

Berdasarkan hasil distribusi data, didapatkan bahwa kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 1 Mlati menunjukkan angka yang cukup signifikan. Dari 100 responden yang diteliti, 71 responden (71%) mengalami gangguan kesehatan mental, sementara 29 responden (29%) lainnya tidak mengalami gangguan kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja di sekolah tersebut mengalami gangguan kesehatan mental, yang dapat mencakup stres, kecemasan, atau depresi, yang berpotensi mempengaruhi kesejahteraan dan kinerja akademik mereka. Kondisi ini perlu mendapat perhatian lebih lanjut untuk memberikan dukungan yang sesuai, baik dari pihak sekolah maupun orang tua, guna membantu mengelola kesehatan mental mereka.

Responden yang mengalami gejala depresi sebanyak 63 responden. Rata-rata dari responden mengalami tangan gemetar, merasa tidak bahagia, lebih sering menangis, keluhan sulit berkonsentrasi, terbatasnya interaksi sosial, lebih banyak melamun, kurang nafsu makan dan mudah merasa lelah. Ini sejalan dengan penelitian Desi, dkk (2020) yang menyatakan gejala yang ditemukan pada remaja meliputi perasaan sedih yang berlarut-larut, senang menarik diri dari kegiatan sosial/menyendiri, kurang konsentrasi di dalam kelas, kurang nafsu makan atau makan berlebihan, gangguan pola makan, gangguan pola tidur, sering merasa lelah (Desi et al., 2020). Responden yang mengalami gejala cemas sebanyak 64 responden. Rata-rata dari responden mengalami sulit tidur, jantung berdebar dan merasa khawatir atau cemas. Ini sejalan dengan penelitian Rafif Dendy Pratama (2022) yang menyebutkan gejala kecemasan yaitu cemas, ketegangan motorik, kekhawatiran terhadap suatu hal yang tidak pasti, kesulitan berkonsultasi, gelisah, kesulitan tidur, sering berdebar tanpa sebab yang jelas, dan sakit kepala (Rafif & Pratama, 2022).

Responden yang mengalami gejala somatik sebanyak 60 responden. Rata-rata mengalami keluhan sakit kepala, kehilangan nafsu makan, mengalami gangguan pencernaan, dan merasakan tidak nyaman pada perut. Ini sejalan dengan pendapat Permadi & Nurwati (2019) dalam Venie & Rondang (2024) yang menyatakan gejala somatik merupakan komponen fisik dari kecemasan dan cerminan persepsi respon fisiologis, berupa peningkatan detak jantung dan ketegangan otot (Viktoria & Maulina, 2024). Responden yang mengalami gejala kognitif sebanyak 64 responden. Rata-rata dari responden tersebut mengalami keluhan sulit berfikir jernih, kesulitan mengambil keputusan, dan merasakan tidak nyaman pada perut. Ini sejalan dengan pendapat Ratih Ibrahim (2022) dalam Nuraenah, dkk (2023) yang menjelaskan gejala kognitif yaitu sering berfikir negatif, sulit berkonsentrasi dan masalah memori.

Responden yang mengalami gejala penurunan energi sebanyak 70 responden. Rata-rata mengalami keluhan sulit berfikir jernih, sulit menikmati keseharian, sulit mengambil keputusan, aktivitas terbengkalai, dan mudah merasa lelah. Ini sejalan dengan pendapat Risqo (2019) dalam penelitian Nuraenah, dkk (2023) yang menjelaskan tanda penurunan energi yaitu tidak adanya gairah seseorang dalam menjalani hidup, merasa mudah lelah, sulit untuk berfikir dan berkonsentrasi (Nuraenah et al., 2023). Pada penelitian ini perempuan lebih banyak mengalami gangguan kesehatan mental dengan total 59 (59%) responden, sedangkan pada laki-laki sebanyak 12 (12%) responden. Hal ini sejalan dengan penelitian Fetty Rahmawaty, dkk (2024) dimana perempuan cenderung memiliki risiko masalah kesehatan mental lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dikarenakan perubahan biologis yaitu pubertas, hubungan sosial, body image dan gangguan makan merupakan penyebab terjadinya depresi pada Perempuan (Rahmawaty et al., 2024).

Menurut Duana et al (2023) dalam Nigrum et al (2023) Kesehatan mental yang baik adalah kondisi ketika batin kita berada dalam keadaan tenang dan tentram, sehingga memungkinkan kita untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar dan dapat menggunakan kemampuan atau potensi dirinya secara maksimal dalam menghadapi tantangan hidup, serta menjalin hubungan positif dengan orang lain. Sedangkan menurut Santrock (2022)



kesehatan mental yang bermasalah dapat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan sosial media (Nigrum et, al, 2023).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa responden di SMA Negeri 1 Mlati yang berusia 15 tahun sebanyak 25 siswa (25%), berusia 16 tahun sebanyak 51 siswa (51%), berusia 17 tahun sebanyak 24 siswa (24%), berjenis kelamin laki-laki sebanyak 28 siswa (28%), dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 72 (72%). Responden di SMA Negeri 1 Mlati yang mendapatkan peran orang tua yang baik sebanyak 54 (54%) responden dan 46 (46%) mendapatkan peran orang tua cukup. Responden di SMA Negeri 1 Mlati yang mengalami gangguan kesehatan mental sebanyak 71 responden (71%) dan 29 responden (29%) lainnya tidak mengalami gangguan kesehatan mental.

Hasil uji statistik menggunakan Spearman's rho menghasilkan nilai Sig. 2-tailed sebesar 0.002 ( $\alpha = 0.05$ ), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara peran orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 1 Mlati. Hal ini mengindikasikan bahwa dukungan emosional dan pengawasan orang tua berperan penting dalam mempengaruhi kesejahteraan mental remaja. Orang tua yang memberikan perhatian dan pengawasan yang baik dapat membantu remaja mengatasi stres dan masalah emosional. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk terlibat aktif dalam mendukung kesehatan mental anak-anak mereka. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi yang berguna untuk menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor yang melatarbelakangi kesehatan mental pada remaja. Penelitian lebih lanjut yang melibatkan orang tua juga sangat diperlukan untuk memahami lebih jauh bagaimana peran orang tua dapat mempengaruhi perkembangan kesehatan mental anak-anak mereka, serta upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas dukungan orang tua dalam mendukung kesehatan mental remaja..

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam penelitian ini. Terutama kepada siswa-siswi bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, serta kepada pihak-pihak yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk pelaksanaan penelitian. Terimakasih juga kepada keluarga, teman, dan kolega yang telah memberikan dorongan dan bantuan moral selama proses penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dan meningkatkan upaya penurunan angka stunting di Indonesia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Routledge.
- Desi, M., et al. (2020). 'Gejala gangguan kesehatan mental pada remaja'. *Jurnal Kesehatan Mental*, 12(3), 45-56.
- Dinkes DIY. (2023). 'Laporan Gangguan Mental pada Anak dan Remaja di DIY'. Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Guspianto, D., et al. (2022). 'Hubungan peran orang tua dengan kesehatan mental anak'. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 18(2), 114-121.
- Kemkes. (2023). 'Laporan Survei Kesehatan Mental Nasional Indonesia (I-NAMHS)'. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Lin, K. Q., Cardamone-Breen, M. C., Nowell, C., Jorm, A. F., & Yap, M. B. H. (2024). *Parenting strategies to support adolescent mental health during a pandemic: A Delphi consensus study*. *Mental Health and Prevention*, 36, 200363. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2024.200363>
- Mata, C., & Pauen, S. (2023). *The role of socio-cultural background and child age for parental regulation strategies and children's self-regulation: A comparison between Germany, Chile, and El Salvador*. *Acta Psychologica*, 234(January), 103871. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.103871>
- Nigrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022). Meningkatkan Kepedulian Terhadap Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 194-1178. <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i2.5642>
- Nuraenah, S., et al. (2023). 'Pengaruh peran orang tua terhadap kesehatan mental remaja'. *Jurnal Psikologi Remaja*, 15(4), 78-90.
- Permadi, H., & Nurwati, T. (2019). 'Gejala somatik pada remaja dengan gangguan kecemasan'. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 14(1), 23-31.
- Rahmawaty, F., Supini, P., Gandakusumah, A. R. P., Asyifa, N., Auliya, Z. N., & Ismail, D. R. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 2(1), 166–172. <https://doi.org/10.57235/jerumi.v2i1.1760>
- Rafif, D. P., & Pratama, D. (2022). 'Gejala kecemasan pada remaja di perkotaan'. *Jurnal Psikologi Klinis*, 10(2), 65-73.
- Ratih, I. (2022). 'Gejala kognitif pada remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental'. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 8(3), 101-112.
- Risqo, N. (2019). 'Penurunan energi pada remaja dengan gangguan mental'. *Jurnal Psikologi Klinis Remaja*, 11(2), 134-140.
- Sanders, M. R., & Woolley, M. (2005). *The relationship between parental control and mental health outcomes in children*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(4), 428-435.
- Ulfah, A. (2021). 'Peran orang tua dalam mendukung kesehatan mental remaja'. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 10(2), 123-134.
- Viktoria, R., & Maulina, I. (2024). 'Gejala somatik pada remaja dengan gangguan kecemasan'. *Jurnal Kesehatan Mental*, 22(1), 99-106.
- Wecht, S., Hendrixson, M., Odenthal, K., & Radovic, A. (2023). 202. *A Mixed Method Investigation of Parent-Adolescent Communication about Mental Health*. *Journal of Adolescent Health*, 72(3), S112. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.11.224>
- WHO. (2021). *Mental health of children and adolescents*. World Health Organization.