

## DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 2 GODEAN

Ihza Auliatuz Zahra<sup>1</sup>, Prastiwi Puji Rahayu<sup>2</sup>, Sutejo<sup>3</sup>

[zaliraihzaaulia@gmail.com](mailto:zaliraihzaaulia@gmail.com)<sup>1</sup>

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta<sup>1,2</sup>, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak menuju dewasa, dan terjadi berbagai perubahan yang signifikan secara fisik, biologis, mental dan emosional. Perubahan dan tantangan yang tidak disertai penyesuaian mampu menyebabkan gangguan mental pada remaja. Peran keluarga sangat diperlukan guna mendukung setiap perubahan yang terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan Kesehatan mental remaja di SMP Muhammadiyah 2 Godean. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Mei-Maret 2025. Variable yang akan diteliti yaitu dukungan keluarga sebagai variable bebas dan Kesehatan mental sebagai variable terikat. Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan waktu cross sectional. Populasi penelitian meliputi siswa kelas X111 sebanyak 96 Siswa yang sudah ditentukan dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel penelitian menggunakan Teknik Non-probability sampling menggunakan metode total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner PSS-Fa (Perceived Social Support-Family Scale) dan Mental Health Inventory (HMI) 38. Uji yang dilakukan menggunakan uji Kendall Tau. Hasil uji Kendall Tau menghasilkan nilai ( $p = 0,083$ ) yang berarti tidak ada hubungan dukungan keluarga dengan Kesehatan mental remaja di SMP Muhammadiyah 2 Godean. Faktor lain di luar dukungan keluarga kemungkinan lebih berperan dalam menentukan kondisi kesehatan mental remaja, seperti tekanan akademik dan lingkungan sosial.

**Kata Kunci:** Dukungan Keluarga, Kesehatan Mental, Remaja.

### ABSTRACT

*Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood, and various significant physical, biological, mental, and emotional changes occur. Changes and challenges that are not accompanied by adjustments can lead to mental disorders in adolescents. The role of the family is essential to support any changes that occur. This study aims to determine the relationship between family support and adolescent mental health at SMP (Junior High School) Muhammadiyah 2 Godean. This study was conducted from May to March 2025. The variables studied were family support as the independent variable and mental health as the dependent variable. This study employed a cross-sectional time-series approach. The study population included 96 students in grade XIII, who were determined using inclusion and exclusion criteria. The study sample utilized was a non-probability sampling technique using the total sampling method. Data were collected using the PSS-Fa (Perceived Social Support-Family Scale) questionnaire and the Mental Health Inventory (HMI) 38. The Kendall-Tau test was performed. The Kendall Tau test results yielded a value ( $p = 0.083$ ), indicating no relationship between family support and the mental health of adolescents at SMP Muhammadiyah 2 Godean. Other factors beyond family support likely play a greater role in determining adolescent mental health, such as academic pressure and the social environment.*

**Keywords:** Family Support, Mental Health, Adolescents.

### PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Nislawati et al., 2022). Perubahan yang terjadi pada remaja diantaranya perkembangan biologis, perkembangan kognitif, dan perkembangan psikologis World Health Organization, 2018 (WHO). Pada tahap ini remaja menghadapi banyak tantangan, seperti perubahan yang cepat terjadi pada tubuh mereka dan perubahan lainnya,

jika mereka tidak dapat beradaptasi dengan perubahan ini, mereka dapat mengalami stres. Dukungan sosial, di sisi lain dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja, dukungan sosial dari anggota keluarga dan teman sebaya juga dapat membantu mengurangi stres (Qi et al., 2020).

Masa remaja adalah mereka yang memiliki rentan waktu yang sedikit berbeda-beda, dan mereka termasuk diantara usia 12-18 tahun. (Diananda, 2019) menguraikan beberapa karakteristik yang dapat menimbulkan permasalahan yang umum terjadi pada diri remaja yaitu: kecanggungan dalam pergaulan, kekakuan dalam bergerak, ketidakstabilan emosi, kekosongan pikiran akibat munculnya pandangan baru. Masa remaja penuh perkembangan psikologisnya. Tiga masalah utama dihadapi remaja Indonesia; 1) masalah social, yang ditunjukkan dalam bentuk perbuatan criminal, asusila, dan pergaulan bebas; 2) masalah budaya, seperti hilangnya identitas diri dengan berpengaruh pada budaya luar; 3) masalah moralitas, meliputi perilaku remaja yang kurang menghormati orang lain, tidak jujur sampai ke usaha menyakiti diri seperti mengonsumsi narkoba, stress, depresi, hingga bunuh diri (Aisyaroh et al., 2022).

Banyak sekali faktor – faktor atau penyebab seorang remaja mengalami gangguan kesehatan mental atau gangguan psikologis. Faktor – faktor ini berasal dari lingkungan, orang terdekat, atau bahkan dari dalam dirinya sendiri. Faktor paling signifikan yang menyebabkan gangguan kesehatan mental adalah lingkungan (Fakhriyani, 2019).

Data Survey Kesehatan Indonesia tahun 2023 menemukan tingginya prevalensi masalah Kesehatan mental di kalangan anak muda dan remaja, Dimana sekitar 62% Gen Z pernah memiliki pikiran untuk mengakhiri hidup dan 36 kali lebih mungkin memiliki pikiran tersebut dibandingkan yang tidak depresi. Sebanyak 34,9% remaja mengalami gangguan mental, dengan gangguan kecemasan sebagai yang palig umum, namun hanya Sebagian kecil remaja yang mencari bantuan ke fasilitas Kesehatan professional (Kemenkes, 2023).

Upaya pemerintah dalam penanganan kasus ini ditetapkan dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 28 tahun 2024 tentang peraturan pelaksanaan undang-undang nomor 17 tahun 2023 tentang kesehatan, bahwa upaya kesehatan jiwa dilakukan melalui upaya promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Berdasarkan perkembangan kebijakan kesehatan saat ini, Kementerian Kesehatan menekankan aksi promotif dan preventif sebagai agenda transformasi layanan primer, termasuk program kesehatan jiwa. Upaya promotif merupakan rangkaian kegiatan pelayanan kesehatan jiwa yang bersifat promosi kesehatan jiwa, dan dapat dilakukan secara terintegrasi, komprehensif maupun berkesinambungan dengan upaya promotif kesehatan lain. Upaya promotif kesehatan jiwa dapat dilaksanakan di lingkungan tempat kerja, masyarakat, keluarga, fasilitas pelayanan kesehatan, media komunikasi dan lembaga/institusi (Studi et al., 2024).

Dukungan keluarga sebagai unit sosial utama yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan remaja, keluarga merupakan tempat belajar bersosialisasi keberhasilan, perkembangan remaja terjadi melalui kepedulian terhadap anggota keluarga (Ali, 2020). Perkembangan mental remaja dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya anatara lain orang tua, guru, sanak saudara dan orang dewasa atau teman sebaya lainnya, namun semuanya mempunyai kemampuan sosial yang baik (Yunere et al., 2021).

Dukungan keluarga yang dibutuhkan remaja dapat meningkatkan kesehatan mental mereka, seperti peningkatan motivasi diri, merasa disayangi, dibutuhkan, dan merasa aman serta dapat mengurangi kenakalan remaja. (Rahmayanti & Rahmawati, 2018) mengemukakan dukungan positif yang berasal dari orang tua dapat meningkatkan penyesuaian diri pada remaja sehingga mengurangi tingkat depresi yang terjadi pada diri remaja. Fase pubertas pada remaja yang dapat menyebabkan terjadi beberapa kenakalan

remaja disebabkan oleh kurangnya perhatian dari orang tua terhadap lingkungan teman sebaya dimana anak mulai bergaul.

Peneliti melakukan studi pendahuluan di SMP Muhammadiyah 2 Godean pada 18 juli 2024. Berdasarkan data yang didapatkan bahwa jumlah semua siswa kelas IX di SMP Muhammadiyah 2 Godean adalah 114 siswa. Berdasarkan informasi dari guru bimbingan konseling SMP Muhammadiyah 2 Godean terkait kesehatan mental siswa, terdapat paling sedikit 3 siswa per angkatan yang memiliki masalah mental di sekolah. Masalah ini seperti anak terlalu pendiam saat di kelas, sering melanggar peraturan sekolah, dan tidak mematuhi tata tertib, bolos kelas saat jam pelajaran, dan bertengkar dengan temannya karena tidak bisa mengontrol emosi. Guru BK mengatakan alasan terjadi masalah pada siswa ini karena beberapa dari keluarga yang orang tua tidak memberikan perhatian kepada anaknya dan lebih memilih pekerjaan, orang tua yang bercerai, ditinggal orang tua dengan keluarga lalai, dan bagaimana cara memberikan asuhan kepada anak seperti dari orang tua dari siswa tersebut terlalu mengekang anak yang mana akibatnya anak menjadi lebih agresif disekolah.

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan dengan 10 siswa diperoleh hasil bahwa masih banyak pengaduan siswa mengenai kurangnya dukungan keluarga, 2 siswa mengadu bahwasannya kurangnya dukungan emosional contohnya seperti keluarga tidak memberikan perhatian, kasih sayang dan empati kepada anaknya, 3 siswa mengadu bahwasannya orang tua kurang merespon saat anak mencoba mengungkapkan perasannya, dan 5 siswa mengadu bahwasannya kurangnya dukungan instrumental contohnya seperti membantu anak mengerjakan tugas sekolah.

Berdasarkan pemaparan di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesehatan Mental remaja di SMP Muhammadiyah 2 Godean”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian non-eksperimental bersifat kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 2 Godean pada bulan Februari 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII sebanyak 96 siswa. Sampel penelitian menggunakan Teknik Non-probability sampling menggunakan metode Total Sampling. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 96 siswa. Sampel dipilih menggunakan kriteria inklusi yaitu siswa kelas VIII, siswa yang berstatus aktif di SMP Muhammadiyah 2 Godean, siswa yang bersedia menjadi responden. Dan sampel penelitian menjadi 79 responden.

Data dukungan keluarga di kumpulkan menggunakan kuesioner dukunga keluarga PSS-Fa (Perceived Sosial Support- Family Scalae) yang terdiri dari 20 pertanyaan berdasarkan dari dukungan informasi, dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan instrumental. System penilaian menggunakan skala ordinal yang terdiri dari empat kategori jawaban yaitu: kurang: 20-34, Cukup: 35-47, Baik: 48-60. Dan untuk kuesioner Kesehatan Mental menggunakan kuesioner Mental Health Inventory yang terdiri dari 38 pertanyaan.

Data kemudian diolah Dan dianalisis secara statistic dengan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat adalah analisis yang dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dan presentase hasil dari variabel independent yaitu dukungan keluarga. sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan Kesehatan mental remaja. Uji yang dilakukan menggunakan uji non-parametrik Kendall Tau. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik penelitian Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta dan telah memenuhi prinsip etik dengan No: 2037/KEP-UNISA/II/2025.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
<b>Laki-laki</b>	57	72,2%
<b>Perempuan</b>	22	27,8%
<b>Umur</b>		
<b>12</b>	1	1,3%
<b>13</b>	2	2,5%
<b>14</b>	49	62,0%
<b>15</b>	27	34,2%
<b>Tinggal dengan orang tua/sendiri (kos)</b>		
<b>Y</b>	<b>79</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil analisis sebanyak 79 responden mayoritas responden dalam penelitian ini adalah laki-laki sebanyak 57 orang (72,2%). Dengan mayoritas responden berusia 14 tahun (62%).

Tabel 2. Frekuensi Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi (n)	Presentase (%)
<b>Kurang</b>	14	17,7%
<b>Cukup</b>	47	59,5%
<b>Baik</b>	18	22,8%
<b>Total</b>	<b>79</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas responden yang memiliki dukungan keluarga cukup sebanyak 47 orang (59,5%).

Tabel 3. Frekuensi Kesehatan Mental

Kesehatan Mental	Frekuensi (n)	Presentase (%)
<b>Kurang Baik</b>	6	7,6%
<b>Baik</b>	61	77,2%
<b>Sangat Baik</b>	12	15,2%
<b>Total</b>	<b>79</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas responden yang memiliki Kesehatan mental baik sebanyak 61 orang (77,2%).

Tabel 4. Hasil Tabulasi Silang antara dukungan keluarga dengan kesehatan mental

		Kuesioner Kesehatan Mental			
		Kurang Baik	Baik	Sangat baik	Total
Kuesioner Dukungan Keluarga	<b>Kurang</b>	2	11		14
	<b>Cukup</b>	4	36	7	47
	<b>Baik</b>	0	14	4	18
<b>Total</b>		<b>6</b>	<b>61</b>	<b>12</b>	<b>79</b>

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 47 responden yang memiliki dukungan keluarga cukup, dan mengalami kesehatan mental kurang baik 4, kesehatan mental baik sebanyak 36 dan kesehatan mental sangat baik 7.

Tabel 5. Hasil Uji Kendall's Tau

Dukungan Keluarga	Kesehatan Mental		P-Value
	N	%	
Kurang	14	17,7%	0.083
Cukup	47	59,5%	
Baik	18	22,8%	
<b>Total</b>	<b>79</b>		

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa dari 79 responden, menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki dukungan keluarga cukup (59,5%) dan remaja dengan kesehatan mental baik (77,2%), dari hasil uji stasistik Kendall Tau menghasilkan nilai signifikan ( $P \text{ value} = 0,083 > 0,5$ ), yang berarti dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, maka hipotesis menyebutkan bahwa Tidak ada Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesehatan Mental remaja di SMP Muhammadiyah 2 Godean.

## Pembahasan

### 1. Dukungan Keluarga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 79 responden, terdapat 14 orang (17,7%) yang mengalami kurangnya dukungan keluarga. Analisis lebih lanjut mengungkap bahwa faktor utama yang menyebabkan rendahnya dukungan keluarga pada kelompok ini adalah kurangnya dukungan instrumental. Dukungan instrumental mengacu pada bantuan nyata atau konkret yang diberikan oleh keluarga, seperti membantu dalam tugas sekolah, menyediakan kebutuhan materi, serta memberikan arahan dalam menghadapi permasalahan sehari-hari. Remaja yang mengalami kurangnya dukungan instrumental cenderung merasa kesulitan dalam menyelesaikan tanggung jawab akademik, mengalami tekanan psikologis yang lebih tinggi, dan merasa kurang diperhatikan oleh keluarga. Ada 4 dimensi dukungan keluarga yaitu dukungan informasional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan emosional (Yahya, 2021).

Dukungan sosial keluarga sangatlah penting untuk kesejahteraan siswa SMP Karena masa perkembangan remaja dalam mencari jati diri anak. Yang dibutuhkan anak remaja awal dukungan sosial keluarga sehingga anak tidak salah dalam mengambil jalan untuk masa perkembangannya. Di era sekarang ini banyak kasus psikososial, kekerasan pada anak dan tindakan asusila yang dilakukan oleh orang-orang dekatnya sendiri. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengawasan dan kesibukan orang tua yang semua bekerja, sehingga anak hanya diberikan kesejahteraan secara materi yang dapat disalah gunakan oleh anaknya dan berkurangnya kesejahteraan psikologis anak yang dapat mempengaruhi kesehatan jiwa. Dukungan sosial tidak hanya secara material tetapi juga dukungan verbal yang membuat anak merasa nyaman (Dayakisni, 2020). Menurut Gottlieb (1983) dalam Yahya (2021) dukungan sosial yang diberikan, baik dalam bentuk informasi atau nasehat verbal maupun non verbal, bantuan nyata ataupun tindakan berperan efektif dalam mengatasi tekanan psikologis yang dialami individu pada masa-masa sulit. Hal tersebut memungkinkan individu melakukan upaya pemecahan masalah yang dihadapinya menggunakan strategi koping berfokus masalah. Dengan demikian menimbulkan distress psikologis individu.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Triyanto et al., 2020) yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan keluarga yang optimal terhadap peningkatan perilaku adaptif remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Redi oktavian: budiman (2021), yang juga menemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan perilaku bullying pada remaja. Studi ini menyimpulkan bahwa faktor lain, seperti pengaruh teman sebaya dan lingkungan

sekolah, lebih dominan dalam menentukan perilaku remaja dibandingkan dukungan keluarga. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Putri, 2024) juga menunjukkan hasil serupa, di mana tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara toxic parenting dan kondisi kesehatan mental remaja di Universitas Islam Negeri Fatmawati. Hal ini mengindikasikan bahwa kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh banyak faktor eksternal selain interaksi dengan keluarga, seperti tekanan akademik, sosial media, dan lingkungan pertemanan.

## 2. Kesehatan Mental

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 79 responden, terdapat 6 orang (7,6%) yang memiliki kesehatan mental dalam kategori kurang baik. Berdasarkan analisis lebih lanjut, faktor utama yang mempengaruhi rendahnya kesehatan mental pada kelompok ini adalah psychological distress atau tekanan psikologis yang tinggi. Psychological distress mencakup berbagai kondisi, seperti stres akademik, kecemasan sosial, serta tekanan dari lingkungan keluarga dan teman sebaya. Dalam wawancara dengan beberapa responden, ditemukan bahwa mereka mengalami tekanan akademik yang tinggi, perasaan cemas akan masa depan, serta kesulitan mengelola emosi dalam menghadapi tantangan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar remaja memiliki kesehatan mental yang baik, masih ada kelompok yang rentan terhadap gangguan psikologis akibat berbagai faktor eksternal. Peneliti (Ningrum & Amna, 2020) menyebutkan masalah kesehatan mental bukan hanya suatu kondisi dimana seseorang dikatakan mengalami gangguan mental, akan tetapi lebih dari itu. Kesehatan mental termasuk cara berpikir yang jernih, pengendalian emosi yang baik, serta bagaimana seseorang berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang-orang seusianya. Kesehatan mental dapat dilihat dari faktor internal, keluarga, dan juga lingkungan. Faktor keluarga dapat berupa pola asuh, seperti pola komunikasi orang tua dan anak, serta beberapa dekat anak dengan orang tuanya.

Kesehatan mental menjadi hal yang sangat penting, karena untuk berkembang menjadi manusia yang sehat. Seseorang harus memiliki kesehatan yang baik (Nurfaizah et al., 2024). Seseorang dapat dikatakan sehat secara mental apabila memiliki kemampuan menyesuaikan diri terhadap berbagai tuntutan perkembangan sesuai kemampuannya, baik tuntunan dalam diri sendiri maupun luar dirinya, seperti lingkungan rumah, lingkungan sekolah atau kampus, lingkungan kerja, lingkungan masyarakat serta teman sebaya. Dengan demikian, remaja yang memiliki mental yang sehat yaitu remaja yang mampu beradaptasi dengan lingkungan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Melina & Herbawani, 2022) menunjukkan bahwa kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar dukungan keluarga. menunjukkan bahwa kecemasan remaja dalam menghadapi perubahan kehidupan lebih dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan pengalaman pribadi dibandingkan dengan dukungan keluarga. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuniar & Darmawati, 2019), yang menyatakan bahwa dukungan keluarga dapat memiliki dampak positif maupun negatif terhadap kesehatan mental remaja. Hal ini mengindikasikan bahwa peran keluarga tidak selalu menjadi penentu utama dalam kesehatan mental remaja, dan faktor lain seperti lingkungan sosial dan tekanan akademik mungkin lebih berpengaruh.

## 3. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Muhammadiyah 2 Godean

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa dari 79 responden, menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki dukungan keluarga cukup (59,5%) dan remaja dengan kesehatan mental (77,2%), dari hasil uji stasistik Kendall Tau menghasilkan nilai signifikan ( $P \text{ value} = 0,083 > 0,5$ ), yang berarti dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, maka hipotesis menyebutkan bahwa Tidak ada Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesehatan Mental remaja di SMP Muhammadiyah

2 Godean. Nilai korelasi koefisien sangat lemah dan bersifat negatif sebesar 0,183 yang berarti semakin baik dukungan keluarga tentang kesehatan mental remaja, maka tingkat kesehatan mental remaja cenderung menurun.

Menurut peneliti (Astriyani et al., 2025), keluarga merupakan lingkungan sosial yang sangat dekat hubungannya dengan seseorang. Keluarga memiliki peranan penting dalam kesehatan mental individu, dikarenakan struktur keluarga termasuk ke dalam salah satu faktor internal yang dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja. Keluarga merupakan tempat bergantungnya anak sebagai seorang manusia dan sebagai seseorang anak yang membutuhkan support atau dukungan serta kekuatan dari keluarganya. Untuk mendukung kesehatan mental yang baik pada remaja, dibutuhkan peran keluarga dengan pola asuh yang tepat bagi remaja guna menunjang kesehatan mental yang prima pada remaja. Pola asuh otoritatif merupakan pola asuh yang sehat, dan kesehatan mental remaja, khususnya remaja, dipengaruhi secara positif oleh pola asuh tersebut, seorang remaja dapat terhubung dengan keluarganya dengan cara ini dan mendapatkan rasa hormat serta dukungan positif mereka (Borut, 2020).

Dalam wawancara yang dilakukan dengan beberapa responden, ditemukan bahwa tekanan akademik dan hubungan dengan teman sebaya menjadi faktor yang lebih dominan dalam menentukan kondisi mental mereka. Remaja yang menghadapi tekanan akademik tinggi cenderung mengalami stres meskipun mendapatkan dukungan keluarga yang baik. Hal ini juga didukung oleh penelitian (Pradiri et al., 2021), yang menemukan bahwa stres akademik merupakan faktor utama yang memengaruhi kesehatan mental siswa sekolah pertama.

Penelitian ini tidak sejalan dengan Asiva Noor Rachmayani, (2019) yang menunjukkan bahwa hasil uji statistik didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,021(<0,05), yang artinya terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kesehatan jiwa remaja di SMPN Kota Malang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Syarif et al. (2023) menekankan pentingnya pendidikan keluarga dalam membentuk kesehatan mental anak dan remaja. Namun, penelitian ini juga menunjukkan bahwa meskipun pendidikan keluarga berperan signifikan, faktor lain seperti lingkungan sekolah dan pergaulan sebaya turut memengaruhi kesehatan mental remaja. Dalam penelitian ini, meskipun sebagian besar responden menerima dukungan keluarga yang cukup atau baik, kesehatan mental mereka tidak selalu sejalan dengan tingkat dukungan tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa faktor eksternal seperti tekanan akademik, hubungan dengan teman sebaya, dan kondisi lingkungan sosial mungkin memiliki peran lebih besar dalam menentukan kesehatan mental remaja (Yeni Fitria, Rahmawati Maulida, 2019)

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan hasil penelitian adalah bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan Kesehatan mental Remaja di SMP Muhammadiyah 2 Godean. Hasil uji statistic Kendall Tau menunjukkan nilai ( $P = 0,083 > 0,05$ ), yang berarti dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Artinya, dukungan keluarga tidak terbukti berhubungan langsung dengan kondisi Kesehatan mental remaja dalam penelitian ini. Peneliti juga menyimpulkan bahwa faktor lain di luar dukungan keluarga kemungkinan lebih berperan dalam memengaruhi Kesehatan mental remaja, misalnya tekanan akademik, hubungan dengan teman sebaya, serta lingkungan sosial.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Aisyaroh, N., Huda, I., & Supradewi, R. (2022). Trend Penelitian Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia Dan Faktor Yang Mempengaruhi: Literature Review. Scientific Proceedings of

- Islamic and Complementary Medicine, 1(1), 41–51. <https://doi.org/10.55116/spicm.v1i1.6>
- Astriyani, E., Sari, R., & Muchtar, U. (2025). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Remaja Sekolah Menengah Pertama ( SMP ) Swasta “ X ” di Wilayah UPTD Puskesmas Melayu Kota Piring. 3.
- Borut, H. (2020). Analisis Peran Keluarga dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja Usia 13-15 Tahun di Kelurahan Lagoa Jakarta Utara Tahun 2023.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Fakhriyani, D. V. (2019). Kesehatan Mental.Pamekasan. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 1174–1178.
- Jiwa, K., Di, R., Negeri, S. M. P., Keperawatan, I., Keperawatan, F., & Indonesia, U. P. (2024). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN Abstrak sebagai masa pubertas . Masa pubertas melibatkan serangkaian kejadian biologis yang diri dan mulai mengembangkan kemandirian emosional dari orangtua . Remaja memiliki kehidupannya . Menurut WHO ( 202. 3(2), 239–246.
- Melina, S. A., & Herbawani, C. K. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi Covid-19 : Tinjauan Literatur. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(4), 286–291. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.4.286-291>
- Ningrum, F. S., & Amna, Z. (2020). Cyberbullying Victimization dan Kesehatan Mental pada Remaja. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 5(1), 35. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v5i12020.35-48>
- Nislawati, Fitrii, H., & Putri, A. (2022). Gambaran pengetahuan remaja putri kelas VI tentang kesehatan reproduksi di sekolah dasar inkam kabupaten kampar tahun 2021. *Jurnal Doppler*, 6.
- Nurfaizah, L., F, D. P., & Saputra, J. (2024). Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Jiwa Remaja Awal. 2(2019), 201–207.
- Pradiri, A. P., Hendriani, W., & Surjaningrum, E. R. (2021). Studi Kualitatif dalam Kajian Stres Akademik. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 6(2), 79. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v6i22021.79-89>
- Putri, K. G. (2024). Hubungan Antara Toxic parents Terhadap Kondisi Kesehatan Mental Remaja. *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 1(2), 75–85. <https://doi.org/10.29300/istisyfa.v1i2.2416>
- redi oktavian: budiman. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku bullying pada remaja di SMP NEGERI 5 SAMARINDA. *Digital Repository Universitas Jember*, 6.
- Triyanto, E., Setiyani, R., & Wulansari, R. (2020). Pengaruh Dukungan Keluarga dalam Meningkatkan Perilaku Adaptif Remaja Pubertas. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, v2(n1), 1–9. <https://doi.org/10.24198/jkp.v2n1.1>
- Yahya, S. (2021). BUKU AJAR KEPERAWATAN KELUARGA. December.
- Yeni Fitria, Rahmawati Maulida, 2018. (2019). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesehatan jiwa remaja di Smpn kota malang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Yunere, F., Anggraini, M., & Vitri, C. Y. (2021). Dukungan Teman Sebaya dan Lingkungan Sekolah dengan Gangguan Mental Emosional Pada Siswa SMK. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 4(2), 112–118.
- Yuniar, D., & Darmawati, I. (2019). Kecerdasan Emosional Remaja. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, Vol. 3(No. 1), 9–17.