

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga merupakan unit sosial utama yang secara signifikan memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan remaja. Keluarga berfungsi sebagai lingkungan yang sangat penting untuk memperoleh keterampilan sosialisasi, memupuk prestasi, dan memupuk rasa percaya diri pada remaja, seperti yang disoroti oleh Ali (2020). Lingkungan sosial, yang terdiri dari orang tua, pengajar, kerabat, dan teman sebaya, secara signifikan berdampak pada perkembangan mental remaja. Namun, penting untuk dicatat bahwa tidak semua individu dalam lingkungan sosial ini memiliki kemampuan sosialisasi yang baik (Yunere et al., 2021). Dukungan keluarga memainkan peran penting dalam mendidik remaja dan memfasilitasi perkembangan mereka menjadi orang dewasa yang matang. Selama periode ini, remaja mengalami masa pubertas, yang melibatkan proses bersosialisasi dan membentuk kelompok dengan teman-teman, serta mengembangkan rasa ketertarikan terhadap lawan jenis.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat dukungan keluarga pada remaja. Beberapa diantaranya termasuk komunikasi yang terbuka dan positif antara remaja dan anggota keluarga dapat meningkatkan dukungan keluarga. Ketika remaja merasa didengar dan dipahami oleh orang tua atau anggota keluarga lainnya, mereka cenderung merasa lebih terhubung dan didukung. Konsistensi dalam memberikan dukungan dan ketaatan terhadap janji-janji dan aturan keluarga dapat meningkatkan rasa aman dan dukungan bagi remaja. Tingkat keterlibatan orang tua dalam kehidupan remaja, termasuk partisipasi dalam aktivitas, dukungan dalam pendidikan, dan ketersediaan untuk membantu dengan masalah atau tantangan, dapat mempengaruhi tingkat dukungan keluarga. Nilai dan keyakinan keluarga tentang pentingnya dukungan, komunikasi, dan hubungan yang sehat dapat membentuk budaya dukungan di dalam keluarga. Faktor-faktor seperti perilaku remaja, prestasi akademik, masalah kesehatan mental atau fisik, serta tingkat

kemandirian mereka juga dapat memengaruhi tingkat dukungan keluarga yang mereka terima (Kurniawati et al., 2023).

Dukungan keluarga memainkan peran penting sebagai lingkungan sosial utama yang memberikan dampak pada pertumbuhan dan perkembangan remaja. Keluarga berfungsi sebagai lingkungan yang sangat penting di mana orang memperoleh keterampilan yang diperlukan untuk terlibat secara efektif dalam interaksi sosial. Perkembangan remaja difasilitasi melalui bimbingan dan dukungan yang diberikan oleh anggota keluarga mereka. Pertumbuhan kognitif remaja dipengaruhi oleh lingkungan sosial mereka, termasuk orang tua, instruktur, kerabat, dan orang dewasa atau teman sebaya. Namun, penting untuk dicatat bahwa tidak semua individu memiliki kemampuan sosialisasi yang baik (Yunere et al., 2021).

Selama tahap ini, remaja mengalami masa pubertas, yaitu masa ketika mereka mulai bersosialisasi dan menjalin hubungan dengan teman sebaya. Mereka juga mulai mengembangkan perasaan tertarik pada lawan jenis. Oleh karena itu, salah satu tugas perkembangan yang penting bagi remaja pada tahap ini adalah membangun dan mempertahankan hubungan yang baru dan lebih baik dengan teman sebaya dengan jenis kelamin yang sama atau berbeda (Panewaty & Indrawati, 2020).

Ketika siswa merasa didukung oleh keluarga, mereka cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih besar untuk mengekspresikan diri dan menjaga diri mereka dari pengaruh negatif di lingkungan sosial mereka. Dukungan sosial dapat memberikan remaja persepsi tambahan tentang dukungan dan persahabatan di luar hubungan keluarga mereka. Dukungan keluarga dan dukungan sosial tidak selalu berjalan secara terpisah. Sebaliknya, keduanya sering saling berinteraksi dan memengaruhi satu sama lain. Misalnya, remaja yang memiliki dukungan keluarga yang baik mungkin lebih mampu membangun hubungan yang sehat dengan teman-teman sebayanya karena mereka merasakan dukungan keluarga yang baik dari lingkungan keluarga mereka (Julianingsih, 2021).

Penelitian Rosdiana & Laila (2022) menjelaskan terdapat pengaruh positif dan substansial antara dukungan keluarga dengan kecerdasan emosional remaja yang terlibat dalam pembelajaran daring di Desa Mulioarjo, Kecamatan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang. Dengan besar pengaruh 53% pada kategori rendah, dengan nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$. Persamaan regresinya adalah $Y = 26,827 + 1,007X$, pada kelompok dukungan keluarga yang terbatas terdapat 36 individu dengan kategori cukup terdiri dari 18 individu, sedangkan kategori baik hanya 13 individu. Selain itu, terdapat 31 individu yang masuk dalam kategori sangat baik.

Dukungan keluarga pada remaja atau siswa SMA dipengaruhi oleh beberapa faktor yang kompleks. Faktor yang dapat mempengaruhi seberapa besar pengaruh dukungan keluarga terhadap remaja yaitu kualitas hubungan antara anggota keluarga dapat berdampak besar pada seberapa besar dukungan yang dirasakan oleh remaja. Hubungan yang harmonis, terbuka, dan penuh kasih sayang cenderung meningkatkan dukungan keluarga. Tingkat keterlibatan orang tua dalam kehidupan sehari-hari remaja dapat mempengaruhi seberapa besar dukungan yang mereka rasakan. Orang tua yang terlibat aktif dalam kegiatan remaja, seperti mendengarkan cerita mereka, membantu dengan pekerjaan rumah, atau mendukung kegiatan ekstrakurikuler, dapat meningkatkan rasa dukungan (Fitri et al., 2022).

Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dera Renda Nurhendrarsyah, (2023) tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat depresi pada remaja. Dari hasil perhitungan dengan menggunakan korelasi product moment menghasilkan koefisien korelasi sebesar $-0,82$, yang mengindikasikan korelasi negatif yang sangat tinggi di kisaran $0,81-1,00$. Selain itu, uji determinasi menunjukkan nilai $67,24\%$. Analisis korelasi tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi sebesar $67,24\%$ antara tingkat dukungan keluarga dengan tingkat depresi pada remaja. Penulis tidak mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berkontribusi sebesar $32,76\%$ terhadap tingkat depresi pada remaja. Nilai t hitung adalah $8,1$, sedangkan nilai t tabel adalah $1,69$. Oleh karena itu, berdasarkan perhitungan tersebut, diperoleh nilai t hitung sebesar $8,1$ yang lebih besar atau sama dengan nilai

t tabel sebesar 1,69. Hal ini menegaskan validitas hipotesis alternatif (H_a) untuk penelitian ini diterima sedangkan hipotesis nol (H_0) ditolak.

Dukungan sosial mengacu pada sistem individu seperti keluarga, teman, tetangga, dan anggota masyarakat yang siap memberikan bantuan psikologis, fisik, dan finansial bila diperlukan. Sumber dukungan sosial yang paling menguntungkan biasanya bergantung pada tahap perkembangan individu. Menerima dukungan sosial dapat mengurangi stres, kecemasan, dan depresi, serta meningkatkan perasaan bahagia karena adanya jaringan pendukung. Remaja dapat menawarkan bantuan sosial untuk membantu orang lain menyesuaikan diri dan mengatasi tantangan pandemi. Individu yang kesulitan menyesuaikan diri dengan keadaan yang berbeda cenderung mengalami masalah kesehatan mental, termasuk perasaan khawatir, gelisah, dan sesekali merasa tegang ketika memperoleh pengetahuan baru (Wardani & Afifah, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Rufaida et al., (2021) menunjukkan adanya korelasi yang signifikan secara statistik (p value 0,034) antara dukungan sosial teman sebaya dan masalah kesehatan mental di kalangan remaja. Keluarga memainkan peran penting dalam proses penyembuhan, karena mereka adalah individu terdekat yang dapat memberikan dukungan yang baik. Orang tua memainkan peran penting dalam memberikan dukungan sosial, meningkatkan fungsi keluarga, dan mengurangi masalah perilaku pada remaja. Contoh dukungan sosial orang tua adalah membantu anak-anak mereka dalam meningkatkan kemampuan sosial mereka dengan teman sebayanya.

Seseorang akan mengalami rasa nyaman dan kepercayaan diri yang meningkat ketika menjadi bagian dari sebuah kelompok sosial, seperti keluarga, organisasi, komunitas, atau institusi. Selain itu, dukungan sosial mendorong perkembangan karakter positif, seperti adopsi cita-cita moral, saling membantu, dan memberikan bantuan ketika diperlukan. Menurut Wijaya & Saprowi, (2022) menegaskan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam memasuki masa dewasa. Dukungan sosial yang lebih besar mengurangi kemungkinan mengalami stres atau

depresi, karena memfasilitasi individu dalam menghadapi tantangan pada dirinya sendiri.

Dukungan sosial keluarga mencakup persepsi bahwa keluarga memiliki akses dan dapat mengandalkan orang lain yang mendukung dan bersedia memberikan bantuan ketika diperlukan. Dukungan sosial keluarga mencakup sumber dukungan internal dan eksternal. Dukungan internal mengacu pada bantuan yang diberikan oleh anggota keluarga dekat, seperti pasangan atau saudara kandung. Dukungan eksternal, di sisi lain, melibatkan bantuan dari anggota keluarga besar atau komunitas. Dukungan sosial dan dukungan keluarga pada remaja sangatlah penting karena keduanya saling memengaruhi dan berinteraksi satu sama lain dalam memberikan dukungan yang dibutuhkan oleh siswa. Keluarga dan lingkungan sosial siswa (teman sebaya, guru dan tetangga) dapat memberikan dukungan emosional yang sangat diperlukan bagi remaja dalam menghadapi tantangan dan stres kehidupan sehari-hari. Dukungan keluarga yang positif dan membangun dapat membantu remaja merasa diterima, serta membantu mereka menjelajahi identitas mereka dengan lebih percaya diri (Ibda, 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wardani & Afifah, (2022) Dukungan sosial mengacu pada penyediaan bantuan emosional, informasi, dan instrumental dari orang lain yang dihormati dan dihargai oleh seseorang. Dukungan sosial melibatkan hubungan timbal balik dan saling menguntungkan yang ditandai dengan komunikasi yang efektif dan saling ketergantungan. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari 215 remaja (52,2%) menunjukkan tingkat dukungan sosial yang rendah. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Aristya & Rahayu (2018), terdapat hubungan yang kuat antara dukungan sosial dengan kemampuan remaja kelas X SMA Angkasa I Jakarta untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Penelitian tersebut menemukan bahwa peringkat dukungan sosial tergolong rendah.

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang menandai transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang biasanya berlangsung dari usia 12 hingga 22 tahun. Indonesia saat ini sedang mengalami lonjakan populasi remaja yang

signifikan. Berdasarkan hasil Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) yang dilakukan pada tahun 2007, sekitar 30% dari keseluruhan populasi di Indonesia terdiri dari remaja, yaitu sekitar 1,2 juta jiwa. Masa remaja adalah masa yang ditandai dengan eksplorasi identitas diri, menghadapi berbagai rintangan, perjalanan menuju kedewasaan, dan penyesuaian diri terhadap perubahan-perubahan yang terjadi di sepanjang fase kehidupan pada diri remaja (Panewaty & Indrawati, 2020).

Dukungan keluarga yang kuat sering kali memperkuat kemampuan remaja untuk membangun hubungan sosial yang positif di luar rumah. Remaja yang merasa didukung oleh keluarganya cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dan keterampilan sosial yang lebih baik, sehingga lebih mudah menjalin pertemanan dan menerima dukungan dari orang lain. Menurut Arianti et al., (2020) ada beberapa faktor yang menyebabkan depresi adalah faktor biologi, faktor genetik, faktor psikososial, faktor keluarga dan faktor lingkungan. Faktor lingkungan seperti dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh remaja terutama remaja yang mengalami depresi dan mempunyai ikatan sosial yang lemah.

Gejala depresi yang umumnya muncul pada remaja yaitu timbulnya perasaan sedih yang berkelanjutan, lebih suka untuk menyendiri, kurang fokus saat di dalam kelas, nafsu makan berkurang atau makan berlebihan, munculnya gangguan pada pola makan dan pola tidur, serta kerap merasa letih. Itu artinya, dapat dilihat bahwa responden yang masuk kedalam kategori depresi cukup banyak yang mengalami perasaan sedih, ingin menangis, waswas terhadap hal buruk yang terjadi, merasa terganggu dan kecewa atas kejadian tertentu, ketidakmampuan untuk mengubah pandangannya, sulit merasa gembira yang terwujud dalam kehilangan energi dan nafsu makan, serta sulit untuk tidur (Fikri et al., 2020).

Gangguan mental emosional mengacu pada keadaan patologis yang ditandai dengan fluktuasi emosi yang tinggi akibat adanya ketakutan, kecemasan, dan kekhawatiran yang berlebihan. Lingkungan sosial, termasuk orang tua, guru, kerabat, orang dewasa lainnya, dan teman, memiliki dampak yang signifikan

terhadap perkembangan mental dan emosional remaja. kerabat, profesional lainnya, atau teman sekelas. Perubahan yang terjadi diantaranya perkembangan biologis, perkembangan kognitif dan perkembangan psikologis. Jika remaja tidak dapat beradaptasi dengan hal tersebut, remaja akan mengalami stress. Perubahan perkembangan yang terjadi selama masa remaja awal terlihat dari kecenderungan mereka untuk mengurangi ketergantungan pada orang tua, yang didorong oleh pentingnya teman sebaya dan keinginan untuk membentuk kelompok sosial (Rufaida et al., 2021).

Menurut data Riskesdas tahun 2018, prevalensi gangguan jiwa, khususnya gejala depresi dan kecemasan, di antara orang berusia 15 tahun di Indonesia, dengan populasi sekitar 11 juta orang, adalah sekitar 6,1%. Dengan jumlah tersebut, remaja ini sangat rentan mengalami gangguan kesehatan mental yang meningkatkan kemungkinan mereka untuk terlibat dalam perilaku menyakiti diri sendiri, yang berpotensi berujung pada bunuh diri.

American Psychiatric Association (2019) mendefinisikan depresi sebagai gangguan emosional yang dapat menyebabkan perasaan sedih dan kehilangan minat pada aktivitas yang sebelumnya dinikmati. Gangguan ini dapat menyebabkan berbagai masalah emosional dan fisik dan dapat menurunkan produktivitas individu. Depresi lebih dari sekadar rasa sedih. Orang dengan depresi mungkin mengalami kurangnya minat dan kesenangan dalam aktivitas sehari-hari, penurunan atau penambahan berat badan yang signifikan, insomnia atau tidur berlebihan, kekurangan energi, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, perasaan tidak berharga atau rasa bersalah yang berlebihan, dan pikiran tentang kematian atau keinginan untuk bunuh diri (Torres, 2020).

Korelasi dukungan keluarga dan dukungan sosial dengan kejadian depresi pada siswa sangat penting dikarenakan membantu dalam mengidentifikasi faktor risiko dan protektif yang berkaitan dengan depresi pada siswa. Ini memungkinkan untuk mengembangkan intervensi yang sesuai untuk mengurangi risiko depresi dan meningkatkan dukungan yang bermanfaat. Depresi dapat memiliki dampak yang

signifikan pada kesejahteraan siswa, termasuk penurunan prestasi akademik, masalah kesehatan mental yang lebih serius, dan bahkan risiko perilaku berbahaya seperti bunuh diri. Dengan memahami peran dukungan keluarga dan sosial, siswa dapat menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan siswa. Ini dapat mencakup pelatihan bagi orang tua dan staf sekolah tentang pentingnya memberikan dukungan yang memadai kepada siswa. Meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya peran dukungan keluarga dan sosial dalam kesehatan mental remaja (Julianingsih, 2021).

Dampak yang akan terjadi jika siswa mengalami depresi yaitu tidak adanya pemahaman yang memadai tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap depresi remaja, yang dapat menyebabkan kurangnya intervensi yang efektif., Siswa yang menderita depresi mungkin tidak mendapatkan dukungan yang mereka perlukan, yang dapat memperburuk kondisi mereka dan mengganggu perkembangan akademik dan sosial siswa, Kesadaran masyarakat tentang pentingnya dukungan keluarga dan sosial dalam kesehatan mental siswa mungkin tidak meningkat, yang dapat memperpanjang stigma terhadap masalah kesehatan mental remaja (Hasanah et al., 2018).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan melakukan mewawancarai seorang guru dari SMAN 93 Jakarta yang terlibat dalam bidang kesiswaan. Temuan menunjukkan bahwa beberapa siswa sering mengalami ketidakstabilan emosi, yang menyebabkan gangguan dalam proses belajar mengajar. Para siswa ini terutama dipengaruhi oleh perceraian orang tua dan kurangnya pengasuhan keluarga yang tepat, terutama dari orang tua mereka. Wawancara dilakukan dengan 10 siswa di SMAN 93 Jakarta. Dari jumlah tersebut, 5 siswa menyatakan kecemasan karena takut dimarahi oleh keluarga mereka karena mendapatkan nilai ujian yang buruk, yaitu sebesar 50%. Sedangkan 3 siswa lainnya menunjukkan sikap acuh tak acuh terhadap nilai ulangan mereka, karena mereka tidak menganggap nilai tersebut penting. Menurut orang tua mereka, menghadiri kelas secara teratur adalah fokus utama, sebesar 30%. Selain itu, 2 siswa perempuan mengatakan anak laki-laki yang lebih sulit diatur dari pada anak perempuan sebanyak 20%. Untuk

mengurangi prevalensi depresi di kalangan siswa, sangat penting untuk membangun jaringan dukungan di lingkungan terdekat mereka, dengan penekanan khusus pada unit keluarga.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, peneliti tertarik melakukan penelitian terkait “Hubungan Dukungan Keluarga Dan Dukungan Sosial Terhadap Kejadian Depresi Pada Siswa Kelas X Dan XI Di SMAN 93 Jakarta”.

1.2 Rumusan Masalah

Depresi merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang serius yang dapat memengaruhi individu dari berbagai latar belakang dan usia, termasuk siswa di lingkungan pendidikan. Dalam konteks ini, faktor-faktor seperti dukungan keluarga dan dukungan sosial memiliki peran yang signifikan dalam mempengaruhi kejadian depresi pada siswa. Dukungan keluarga dan dukungan sosial merupakan aspek penting dalam kehidupan seseorang yang dapat memberikan perlindungan dan penyangga saat menghadapi stres dan tantangan kehidupan. Dukungan keluarga merujuk pada tingkat keterlibatan, perhatian, dan kasih sayang yang diberikan oleh anggota keluarga terhadap satu sama lain. Keluarga yang memberikan dukungan yang kuat dapat menjadi sumber kekuatan emosional dan moral bagi siswa dalam menghadapi tekanan akademik, masalah interpersonal, dan perubahan dalam kehidupan mereka. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga atau disfungsi dalam hubungan keluarga dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi pada siswa.

Rendahnya dukungan keluarga dan dukungan sosial pada remaja memberikan pengaruh pada kejadian depresi. Selain itu dukungan keluarga dan dukungan sosial juga memiliki peran yang penting dalam kesejahteraan mental siswa. Dukungan sosial mencakup dukungan yang diberikan oleh teman sebaya, guru, dan lingkungan sosial lainnya. Interaksi positif dengan teman sebaya dan adanya jaringan sosial yang solid dapat memberikan rasa dukungan, pengakuan, dan persahabatan yang diperlukan bagi siswa untuk merasa termotivasi dan dihargai. Namun, kurangnya dukungan sosial atau pengalaman konflik dalam hubungan sosial dapat meningkatkan risiko depresi pada siswa. Dalam konteks pendidikan,

pemahaman tentang hubungan antara dukungan keluarga, dukungan sosial, dan kejadian depresi pada siswa menjadi penting untuk pengembangan strategi intervensi yang efektif. Melalui pendekatan yang holistik dan kolaboratif antara keluarga, sekolah, dan komunitas, kita dapat membangun lingkungan yang mendukung bagi kesejahteraan mental siswa dan mencegah terjadinya depresi. Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka dapat disimpulkan pertanyaan penelitian yaitu “Bagaimana Hubungan Dukungan Keluarga dan Dukungan Sosial Terhadap Kejadian Depresi Pada Siswa Kelas X dan XI DI SMAN 93 Jakarta ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan dukungan sosial terhadap kejadian depresi pada Siswa Kelas X dan XI Di SMAN 93 Jakarta

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik berdasarkan umur dan jenis kelamin pada siswa di Kelas X dan XI SMAN 93 Jakarta.
- b. Mengetahui gambaran dukungan keluarga pada Siswa Kelas X dan XI SMAN 93 Jakarta.
- c. Mengetahui gambaran dukungan sosial pada Siswa Kelas X dan XI SMAN 93 Jakarta.
- d. Mengetahui gambaran kejadian depresi pada Siswa Kelas X dan XI SMAN 93 Jakarta.
- e. Mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap kejadian depresi pada Siswa Kelas X dan XI SMAN 93 Jakarta.
- f. Mengetahui hubungan dukungan sosial terhadap kejadian depresi pada Siswa Kelas X dan XI SMAN 93 Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

Berikut adalah manfaat penelitian ini yaitu :

1.4.1 Manfaat Bagi Responden

Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya peran keluarga dalam mendukung kesehatan jiwa serta berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup remaja, baik secara individu maupun dalam konteks keluarga dan masyarakat.

1.4.2 Manfaat Bagi Profesi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mengembangkan peran perawat, khususnya dalam menangani Kejadian depresi bagi remaja yang kesulitan mendapatkan dukungan keluarga.

1.4.3 Manfaat Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dalam keperawatan jiwa tentang kesehatan jiwa, khususnya tentang dukungan keluarga pada kejadian depresi remaja.

1.4.4 Manfaat Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan meningkatkan pengetahuan kita tentang keperawatan jiwa, khususnya tentang dukungan keluarga pada Kejadian depresi remaja. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar atau data perbandingan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.5 Manfaat Bagi Universitas

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi mahasiswa tingkat akhir fakultas kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta Timur dalam meningkatkan pengetahuan dan kemampuan ilmu tentang kejadian depresi pada remaja.