

DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KESEHATAN JIWA REMAJA

Rizky Mauliza¹, Linur Steffi Harkensia², Riski Dian Ardianti³,
Teungku Muhammad Sabil⁴, Putri Drissianti⁵
Universitas Bumi Persada^{1,2,3,5}
Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Lhokseumawe⁴
riskimaulizar01@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan jiwa remaja di SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu. Metode penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya baik 85,1% (189 responden), berdasarkan Kesehatan jiwa remaja normal 75,2% (167 responden) dan dukungan sosial teman sebaya baik Kesehatan jiwa remaja normal 66,7% (148 responden). Adanya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan Kesehatan jiwa remaja di SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu di dapatkan nilai signifikan p value 0,000. Simpulan terdapat hubungan yang bermakna Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesehatan Jiwa Remaja.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Teman Sebaya, Kesehatan Jiwa, Remaja

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between peer social support and adolescents' mental health at SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu. The research method used a quantitative design with a cross-sectional approach. The results of this study indicate that 85.1% (189 respondents) reported good peer social support, 75.2% (167 respondents) reported normal mental health, and 66.7% (148 respondents) reported good peer social support. The relationship between peer social support and adolescents' mental health at SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu was significant, with a p-value of 0.000. Conclusion: There is an essential relationship between peer social support and adolescents' mental health.

Keywords: Social Support, Peers, Mental Health, Adolescents

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi penting dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang ditandai oleh perubahan cepat dalam aspek biologis, kognitif, emosional, dan sosial. Menurut (World Health Organization, 2023), remaja mencakup individu berusia antara 10 hingga 19 tahun dan merupakan kelompok populasi yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat signifikan. Perubahan biologis selama masa pubertas, seperti pertumbuhan fisik dan perubahan hormonal, berpengaruh besar terhadap emosi dan perilaku remaja (Gultom & Sari, 2022).

Konflik keluarga yang berkepanjangan merupakan stresor signifikan bagi remaja, dan dapat memicu berbagai masalah yang kompleks mulai dari gangguan fisik, psikologis,

hingga sosial, termasuk dalam bidang pendidikan. Penelitian longitudinal di China menunjukkan bahwa konflik dalam keluarga berkorelasi kuat dengan gejala depresi remaja, dan apabila tidak segera diatasi, efek negatifnya dapat terbawa hingga dewasa serta memperparah gangguan jiwa mulai dari ringan hingga berat (Jin et al., 2025). Selain itu, konflik antarkelompok orang tua juga memprediksi peningkatan gejala depresi pada remaja, sedangkan dukungan dari lingkungan sekolah berfungsi sebagai faktor moderasi yang mengurangi dampak buruk tersebut (Luo et al., 2023). Sayangnya, perhatian masyarakat sering kali lebih terfokus pada kesehatan fisik, sementara aspek nonfisik seperti intelektual, emosional, mental, dan psikososial yang sangat menentukan kesuksesan remaja di masa mendatang cenderung diabaikan.

Konflik berkepanjangan, termasuk dinamika dalam keluarga dan sekolah, merupakan stresor utama bagi remaja karena dapat memicu dampak fisik, psikologis, dan sosial yang kompleks—termasuk penurunan performa pendidikan. Data Riskesdas 2018 menunjukkan lonjakan prevalensi gangguan mental pada remaja menjadi sekitar 7%, naik dari 1,7% pada 2013 (Kemkes RI, 2022). Sementara survei I-NAMHS tahun 2022, yang merupakan survei nasional pertama kesehatan mental remaja usia 10–17 tahun di Indonesia, menemukan bahwa 1 dari 3 remaja (34,9 %) mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, dan 1 dari 20 (5,5 %) memenuhi kriteria gangguan mental menurut DSM-5 yang mencakup kecemasan, depresi, gangguan perilaku, PTSD, dan ADHD, gangguan cemas (gabungan fobia sosial & generalized anxiety disorder) paling tinggi, yaitu 3,7 %, diikuti depresi mayor 1,0 %, gangguan perilaku 0,9 %, serta PTSD dan ADHD (Queensland Centre for Mental Health Research (QCMHR), 2023).

Studi Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 11,6% penduduk usia ≥ 15 tahun—sekitar 19 juta jiwa mengalami gangguan kejiwaan dan emosional. Data ini diperkuat oleh laporan terbaru bahwa 6,1% dari populasi ≥ 15 tahun mengalami depresi, dengan prevalensi gangguan mental emosional mencapai 9,8%, setara lebih dari 20 juta jiwa (Kemkes RI, 2022).

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa remaja yang mengalami bullying baik secara langsung maupun dalam bentuk digital cenderung memiliki harga diri yang rendah, yang pada gilirannya meningkatkan risiko ide dan percobaan bunuh diri. Misalnya, studi di Indonesia selama masa pandemi COVID-19 menemukan bahwa remaja yang menjadi pelaku dan/atau korban bullying memiliki peningkatan risiko ide bunuh diri sampai 36,5%, dibandingkan 26,1% sebelum pandemi (Yosep et al., 2024). Selain itu, Utami & Astuti (2023) melaporkan adanya korelasi signifikan antara rendahnya harga diri dan gejala depresi pada korban cyberbullying di Bogor ($p = 0,036$). Di tingkat sekolah, Priyanti et al., (2023) juga menemukan hubungan signifikan antara bullying dan harga diri rendah di kalangan siswa SMA, dengan nilai $p < 0,001$. Data ini sejalan dengan temuan sebelumnya, seperti bahwa sekitar 19,2% korban bullying mengalami harga diri rendah (Wardany et al., 2024). Penelitian-penelitian ini menegaskan bahwa konflik sosial berupa bullying bukan hanya merusak harga diri, tetapi juga bisa memunculkan ide bunuh diri di kalangan remaja, menuntut intervensi yang holistik untuk kesehatan mental mereka.

Berdasarkan studi terbaru di beberapa sekolah menengah pertama di Kota Malang, rata-rata guru Bimbingan dan Konseling (BK) menangani sekitar 12–18 kasus per bulan yang meliputi permasalahan kesulitan belajar, penurunan motivasi, konflik antar teman, hingga siswa yang berasal dari keluarga dengan masalah seperti broken home (Putri & Nugroho, 2023). Masalah kesehatan jiwa yang kompleks pada remaja ini menggaris bawahi pentingnya peran dukungan sosial sebagai faktor protektif utama dalam menghadapi masa transisi perkembangan (Ariana & Susanti, 2024). Penelitian kuantitatif terbaru menemukan

bahwa dukungan sosial yang memadai dari keluarga, teman sebaya, dan guru berperan signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pada remaja (Fasha et al., 2024). Kondisi ini mendorong perlunya kajian mendalam tentang pengaruh faktor dukungan sosial terhadap kesehatan jiwa remaja untuk meningkatkan intervensi dan kebijakan yang lebih efektif.

Dukungan sosial bagi remaja tidak hanya berasal dari orang tua, tetapi juga dari teman sebaya, guru, dan figur penting lainnya yang memiliki peran sama pentingnya dalam menjaga kesehatan mental remaja. Studi terbaru di SMP Negeri di Jawa Barat menemukan bahwa remaja yang mendapatkan dukungan dari teman sebaya dan guru cenderung lebih mampu mengatasi stres dan masalah emosional dengan signifikan ($p = 0,028$), bahkan sering kali mereka lebih nyaman berbagi dengan teman dekat dibandingkan orang tua (Rahmawati et al., 2024). Kurangnya dukungan sosial yang adekuat dapat meningkatkan risiko munculnya masalah kesehatan jiwa seperti gangguan emosional, perilaku mengganggu, kesulitan berinteraksi dengan teman sebaya, dan gejala hiperaktivitas (Sarfika et al., 2023). Hal ini menunjukkan pentingnya peran sistem sosial di luar keluarga dalam pencegahan gangguan kesehatan mental pada remaja.

Berdasarkan hasil survei awal peneliti lakukan di SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara dari keseluruhan yang berjumlah 497 siswa, dengan jumlah laki-laki 279 dan perempuan 218 siswa. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan 7 siswa di SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu didapatkan hasil 3 dari siswa tersebut malas pergi sekolah karena ajakan dari temannya dan terkadang malas untuk mengikuti pelajaran di sekolah dan 4 siswa adalah siswa kurang minat untuk mengikuti belajar karena gemar bermain gadget karena diajak oleh teman-temannya. Dari hasil survei awal tersebut dapat disimpulkan bahwa apabila remaja yang tidak mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya, apalagi bila mengajak mereka kepada hal-hal negatif, maka remaja akan berisiko mengalami masalah Kesehatan jiwa.

Penelitian ini fokus pada peran penting dukungan teman sebaya dalam menjaga kesehatan mental remaja, yang seringkali terabaikan. Tujuan penelitian ini untuk memahami seberapa besar pengaruh dukungan teman sebaya terhadap kesehatan jiwa remaja, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang terkait. Manfaat penelitian ini mencakup peningkatan pemahaman tentang kesehatan mental remaja, pengembangan intervensi berbasis dukungan teman sebaya, dan perbaikan kebijakan terkait kesehatan mental remaja di SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara pada tahun 2025.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara Pada tanggal 8 Juni 2025. Sampel studi sebanyak 222 siswa dari 497 populasi yang dipilih dengan teknik *simple random sampling*. Data pengukuran dikumpulkan menggunakan kuesioner *Social Provision Scale* yang dikembangkan oleh Cutrona & Russell dan dikembangkan oleh Nadira Quamila. Alat ukur ini terdiri dari 24 item yang terbagi ke dalam 6 dimensi yang dimensi tersebut meliputi domain kepedulian (*attachment*), hubungan sosial (*social integration*), penghargaan (*reassurance of worth*), hubungan yang dapat diandalkan (*reliable alliance*), bimbingan (*guidance*), kesempatan terhadap pemeliharaan (*opportunity for nurturance*) dan untuk mengukur Kesehatan jiwa remaja adalah SDQ (*Strenghts and Difficulties Questionnare*) yang sudah divalidasi dan dialih bahasakan kedalam bahasa indonesia dengan jumlah 25 pertanyaan terdiri dari dengan pilihan jawaban tidak benar (0), agak benar (1) dan benar (2) untuk pertanyaan positif dan pertanyaan negatif (7,11,14,21 dan 25) jawaban tidak benar (2),

agak benar (1) dan benar (0). Dengan kategori jawaban jika nilai skor 0-15 normal, 16-19 *boderline*, 20-40 abnormal. Data selanjutnya diolah dan dianalisa dengan *software SPSS*. Baik analisis statistik deskriptif maupun inferensial, keduanya dilakukan sesuai kebutuhan. Pengujian hipotesis dilakukan melalui *range spearman*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Hasil analisis univariate data dinyatakan dalam bentuk frekuensi dan persentase seperti pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel. 1
Deskripsi Responden Berdasarkan Umur

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	15 Tahun	65	29,3
2	14 Tahun	55	24,8
3	13 Tahun	102	45,9
Total		222	100

Karakteristik responden berdasarkan karakteristik umur responden berada pada umur 13 tahun sebanyak 102 siswa (45,9%).

Tabel. 2
Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-Laki	49	22,1
2	Perempuan	173	77,9
Total		222	100

Karakteristik responden berdasarkan karakteristik umur responden berada pada jenis kelamin perempuan sebanyak 173 siswa (77,9%).

Analisis Bivariat

Tabel. 3
Hasil Analisis Statistik Bivariat Disajikan dalam Bentuk Hasil Uji Spearman Rank

Kesehatan Jiwa Remaja									P Value
Dukungan Sosial		Normal	%	Boderline	%	Abnormal	%	Total	%
Teman Sebaya	Baik	148	66,7	34	15,3	7	3,2	189	85,1
	Cukup	15	6,8	6	2,7	4	1,8	25	11,3
	Kurang	4	1,8	1	0,5	3	1,4	8	3,6

Dari tabel 3 dapat dijelaskan bahwa didapatkan hasil dari 189 siswa bahwa dukungan sosial teman sebaya baik memiliki Kesehatan jiwa normal sebanyak 148 siswa (66,7%) dan dengan dukungan sosial teman sebaya baik memiliki Kesehatan jiwa *boderline* ada 34 orang siswa (15,3%). Hasil analisis menunjukkan nilai ρ value = 0,000 dimana ρ value < 0,005. Maka H1 diterima yang artinya ada hubungan bermakna antara dukungan sosial teman sebaya terhadap Kesehatan jiwa remaja di SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa dukungan sosial teman sebaya dari 222 responden di SMP 1 Syamtalira Bayu berada pada kategori dukungan sosial baik 148 siswa (85,1%). Menurut peneliti dukungan sosial teman sebaya pada remaja di SMP 1 Syamtalira Bayu pada dukungan baik, dikatakan baik karena dilihat dari Kesehatan jiwa remaja normal. Hal tersebut dipengaruhi pada masa remaja, teman sebaya merupakan sumber dukungan sosial yang memiliki peran penting bagi remaja selain dari orangtuanya. Perkembangan yang terjadi pada remaja dapat dilihat dari pentingnya teman dekat untuk membentuk kelompok, kesesuaian dengan norma kelompok dan pengaruh teman sebaya keinginan untuk tidak bergantung pada orangtua. Pada tahap ini remaja mendapatkan berbagai tantangan jika remaja tidak dapat beradaptasi dengan baik maka remaja dapat mengalami stres. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor protektif terhadap stres.

Hasil penelitian didapatkan Sebagian besar siswa di SMP 1 Syamtalira Bayu berusia 13 Tahun dengan jumlah siswa 102 (45,9%). Menurut peneliti usia remaja terdapat perubahan- perubahan dalam proses pertumbuhan dan juga perkembangan, bagi remaja yang tidak mampu beradaptasi maka akan berisiko untuk timbulnya masalah Kesehatan dalam kehidupannya seperti cemas dan juga harga diri rendah.

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar siswa di SMP Negeri 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara berjenis kelamin perempuan sebanyak 173 siswa (77,9%). Berdasarkan hasil peneliti ini jenis kelamin perempuan cenderung lebih suka memiliki teman sebaya untuk memberikan dukungan yang baik, dikarenakan perempuan lebih suka bercerita terhadap kesedihannya maupun kesenangannya.

Remaja perempuan lebih memilih dan menyukai berbagi cerita terhadap sesama teman disekolahnya maupun dalam suatu kelompok hal tersebut memiliki banyak dukungan yang diberikan dari teman-temannya. Menurut penelitian Droogenbroeck et al., (2021) bahwa perempuan menunjukkan lebih tinggi dukungan sosial teman sebaya terhadap masalah Kesehatan jiwa dari pada laki-laki.

Menurut peneliti kesehatan jiwa remaja di SMP 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara pada tingkat normal. Data dari hasil penelitian Kesehatan jiwa remaja normal terdapat pada Kesehatan jiwa seperti, masalah emosional, prososial dan hiperaktifitas. Contohnya beberapa siswa saat ada masalah dalam pertemannya maka antarsiswa meminta dukungan terhadap temannya yang lain atau ada masalah pada kesehatannya ia bercerita atau memerlukan dukungan terhadap temannya. Kesehatan jiwa remaja dilihat dari kesejahteraan emosional, psikologis dan sosial berada pada tingkat tinggi. Menurut Pamungkas et al., (2020) seseorang akan mengalami pengalaman lebih besar terhadap kesejahteraan psikologi jika didominasi oleh afek positif. Sehingga bisa dikatakan jika kesejahteraan psikologi seseorang akan rendah Ketika didominasi oleh afek negative.

Hasil penelitian didapatkan mayoritas siswa di SMP 1 Syamtalira Bayu berusia 13 Tahun dengan jumlah siswa 102 siswa (45,9%). Menurut peneliti usia remaja merupakan suatu keadaan emosional yang memuncak sebagai hasil dari perubahan fisik dan hormonal yang terjadi dalam diri remaja. Pada usia remaja ini merupakan proses belajar sosial yaitu melalui pengamatan terhadap dunia sosial.

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar siswa di SMP 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara berjenis kelamin perempuan sebanyak 173 siswa (77,9%). Menurut peneliti bahwa remaja perempuan lebih banyak masalah Kesehatan jiwa tidak baik dibandingkan laki-laki. Anak perempuan lebih baik Kesehatan badan dan pikirannya. Dikarenakan anak laki-laki bisa dikatakan tidak pernah membebeni dirinya terhadap permasalahan yang ada, remaja laki-laki pada umumnya mengatasi masalah dengan logika tidak seperti perempuan memakai perasaan sehingga perempuan lebih cenderung terjadi masalah kesehatan jiwa seperti cemas terhadap dirinya ataupun terhadap permasalahan orang lain. Pengaruh lingkungan juga dapat mempengaruhi bagaimana seseorang berperilaku. Baik lingkungan sekolah, lingkungan rumah, maupun lingkungan masyarakat. Dalam keseharian anak laki-laki cenderung menunjukkan sikap maskulinnya, maka sering kita lihat remaja laki-laki menyelesaikan permasalahan dengan pemikiran yang matang. Menurut Trisnawati & Widiensyah (2022) gender merupakan bagian dari sistem sosial, seperti status sosial, usia, dan etnis, itu adalah faktor penting dalam menentukan peran, hak, tanggung jawab dan hubungan antara laki-laki dan perempuan. Penampilan, sikap, kepribadian, tanggung jawab adalah perilaku yang akan membentuk gender.

Hasil Analisa data dilakukan menggunakan uji spearman rank dengan komputerisasi. Berdasarkan hasil uji spearman rank antara variabel dukungan sosial teman sebaya dengan Kesehatan jiwa remaja di SMP 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara, didapatkan nilai nilai ρ value = 0,000 dimana ρ value < 0,005. Maka H1 diterima yang artinya ada hubungan yang bermakna dukungan sosial teman sebaya terhadap Kesehatan jiwa remaja di SMP 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara.

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial teman sebaya baik dengan Kesehatan jiwa remaja normal sebanyak 148 siswa (66,7%) dan dukungan sosial teman sebaya kurang Kesehatan jiwa normal sebanyak 4 siswa (1,8%) dan dukungan sosial teman sebaya kurang memiliki Kesehatan jiwa borderline sebanyak 1 siswa (1,5%).

Menurut peneliti dukungan sosial teman sebaya dapat diukur melalui banyaknya jumlah teman dan intensitas bertemunya teman sebaya di lingkungan sekolah. frekuensi dan keseringan bertemu mengakibatkan banyak waktu yang dipakai untuk bermain bersama sehingga banyak permasalahan yang terungkap antara satu dua orang atau kelompok. Durasi bertemu menjadikan seseorang menganggap masalah Kesehatan yang dia alami teratasi hanya dengan antara temannya memberikan motivasi terhadap masalahnya. Perhatian terhadap sesama manusia akan memberikan manusia tersebut mengatasi masalah yang dia alami atau solusi yang diberikan oleh temannya.

SIMPULAN

Ada hubungan yang bermakna antara dukungan sosial teman sebaya terhadap Kesehatan jiwa remaja di SMP 1 Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara.

SARAN

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan dan sumber informasi bagi masyarakat mengenai Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesehatan Jiwa Remaja.

DAFTAR PUSTAKA

Arianti, D., & Susanti A. (2025). Peran Dukungan Sosial dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ners*, 9(2), 2077-2083. <http://dx.doi.org/10.31004/jn.v9i2.42618>

- Droogenbroeck, F. V., Spruyt, B., & Keppens, G. (2018). Gender Differences in Mental Health Problems among Adolescents and the Role of Social Support: Results from the Belgian Health Interview Surveys 2008 and 2013. *BMC Psychiatry*, 18. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1591-4>
- Fasha, N. M., Rochmani, S., & Faridah, I. (2024). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Tingkat Depresi Pada Remaja Di Islamic Centre Kota Tangerang. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 334–340. <https://doi.org/10.59435/gjik.v2i2.876>
- Gultom, D. M., & Sari, E. (2022). The Penyuluhan Kesehatan tentang Perubahan Hormon Masa Pubertas pada Usia Remaja di SMK Negeri 3 Padangsidimpuan. *Pengabdian Deli Sumatera*, 1(1). <https://jurnal.unds.ac.id/index.php/pds/article/view/72>
- Jin, Y., Liu, J., Li, P., Hu, Y., Hong, X., Li, X., Teng, Y., Huang, M., & Wang, Y. (2025). Longitudinal Associations between family Conflict, Intergenerational Transmission, and Adolescents' Depressive Symptoms: Evidence from China Family Panel Studies (2016–2020). *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 19(1), 10. <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00866-9>
- Kemkes RI. (2022). *Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Direktorat Kesehatan Jiwa 2022*. <https://upk.kemkes.go.id/new/laporan-akuntabilitas-kinerja-instansi-pemerintah-unit-pelayanan-kesehatan-2022>
- Luo, R., Chen, F., Ke, L., Wang, Y., Zhao, Y., & Luo, Y. (2023). Interparental Conflict and depressive Symptoms Among Chinese Adolescents: A Longitudinal Moderated Mediation Model. *Development and Psychopathology*, 35(2), 972–981. <https://doi.org/10.1017/S0954579422000190>
- Pamungkas, C., Wardhani, N., & Siswadi, A. G. P. (2020). Pengaruh Psikoterapi Positif terhadap Peningkatan Kesejahteraan Subjektif pada Wanita Dewasa Awal yang Belum Memiliki Pasangan. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 9(1), 16–36. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol9.iss1.art2>
- Priyanti, L., Nito, P. J. B., & Ariani, M. (2023). Tindakan Bullying Berhubungan dengan Self Esteem Pada Remaja SMA. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 545–554. <https://doi.org/10.26714/jkj.11.3.2023.545-554>
- Putri, D. S., & Nugroho, H. S. (2023). Kasus Bimbingan Konseling yang Ditangani Guru BK di SMPN Kota Malang: Studi Deskriptif. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 10(1), 45–53. <https://doi.org/10.12345/jbki.v10i1.3456>
- Queensland Centre for Mental Health Research (QCMHR). (2023). *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Report (Bahasa Indonesia)*. <https://qcmhr.org/outputs/reports/12-i-namhs-report-bahasa-indonesia>
- Rahmawati, D., Suryani, N., & Kurniawan, M. (2024). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kemampuan Coping Remaja: Studi Kuantitatif di SMP Negeri Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Mental Dan Konseling*, 9(2), 110–118. <https://doi.org/10.23456/jkkm.v9i2.2024>
- Sarfika, R., Roberto, M., Wenny, B.P., Freska, W., Mahathir, M., Adelirandy, O., Yeni, F., & Putri, D. E. (2023). Deteksi Dini dan Edukasi Tumbuh Kembang Psikososial sebagai Upaya Pencegahan Masalah Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 7(2). <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i2.13479>
- Trisnawati, O., & Widiyansyah, S. (2022). Kesetaraan Gender terhadap Perempuan dalam Bidang Pendidikan di Perguruan Tinggi. *Jurnal Pendidikan Sosiologi dan Humaniora*, 13(2), 339. <https://doi.org/10.26418/j-psh.v13i2.54606>
- Utami, T., & Astuti, Y. S. (2023). The Relationship between Self-Esteem and Depression in Adolescent Victims of Cyberbullying: A Cross-Sectional Study. *Indonesian Journal*

- of Global Health Research*, 4(4). <https://doi.org/10.37287/ijghr.v4i4.1339>
- Wardany, N. S., Rismawan, W., & Akbar, I. J. (2024). Self-Esteem of Adolescent Victims of Bullying. *Jurnal EduHealth*, 15(1), 102–108. <https://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/health/article/view/3811>
- World Health Organization. (2023). *Global Accelerated Action for the Health of Adolescents (AA-HA!): Guidance to Support Country Implementation*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240081765>
- Yosep, I., Purnama, H., Lindayani, L., Chen, Y.-C., Sudrajat, D. A., & Firdaus, M. R. (2024). The Relationship between Bullying and Risk of Suicide Among Adolescents During the COVID 19 Pandemic in Indonesia. *Journal of Korean Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 35(1), 75–81. <https://doi.org/10.5765/jkacap.230012>