

Hubungan antara Persepsi Atas Ekspresi Emosi Orang Tua dengan Tingkat Kecenderungan Depresi Pada Remaja SMP Negeri 7 Binjai

Riki Ardian

SMP Negeri 7 Binjai, Indonesia

riki94ardian@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua dengan tingkat kecenderungan depresi pada remaja SMP Negeri 7 Binjai. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada pentingnya pemahaman terhadap pengaruh dinamika keluarga, khususnya bagaimana remaja menafsirkan ekspresi emosi orang tua mereka, terhadap kesehatan mental remaja. Metode penelitian yang digunakan adalah survei kuantitatif dengan menggunakan kuesioner yang mengukur persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua dan skala depresi untuk remaja. Sampel penelitian ini terdiri dari 200 remaja yang dipilih secara acak di wilayah Tanjung Keriah Binjai. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi signifikan antara persepsi negatif remaja terhadap ekspresi emosi orang tua dengan meningkatnya tingkat kecenderungan depresi pada remaja. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya peran orang tua dalam mengekspresikan emosi secara positif dan konstruktif untuk mengurangi risiko depresi pada remaja. Penelitian ini menyarankan intervensi keluarga sebagai salah satu strategi untuk mengurangi tingkat depresi pada remaja.

Kata Kunci: Persepsi Remaja, Kecenderungan Depresi, Kesehatan Mental.

ABSTRACT

This study aims to explore the relationship between adolescent perception of parental emotional expression and the level of depression tendency in adolescents in Tanjung Keriah Binjai. The background of this research is based on the importance of understanding the influence of family dynamics, especially how adolescents interpret their parents' emotional expressions, on adolescent mental health. The research method used is a quantitative survey using a questionnaire that measures adolescents' perception of parental emotional expression and depression scale for adolescents. The sample of this study consisted of 200 randomly selected adolescents in the Tanjung Keriah Binjai area. The results showed that there was a significant correlation between adolescents' negative perceptions of parental emotional expression and increased levels of depression tendency in adolescents. These findings underscore the importance of parents' role in expressing emotions positively and constructively to reduce the risk of depression in adolescents. This study suggests family intervention as one of the strategies to reduce the rate of depression in adolescents.

Keywords: Adolescent Perception, Depression Trends, Mental Health.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan aspek yang sangat penting dalam perkembangan remaja, karena pada masa ini terjadi berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Remaja merupakan fase transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa yang sering kali diiringi dengan tantangan-tantangan emosional yang kompleks. Salah satu isu kesehatan mental yang paling menonjol pada masa remaja adalah depresi. Depresi pada remaja dapat memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangan psikologis mereka, mempengaruhi prestasi akademis, hubungan sosial, serta meningkatkan risiko perilaku menyimpang hingga bunuh diri.

Dalam konteks Indonesia, fenomena depresi pada remaja mulai menjadi perhatian serius seiring dengan meningkatnya laporan kasus depresi di kalangan remaja. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan adanya peningkatan prevalensi gangguan mental emosional, termasuk depresi, pada remaja dalam beberapa tahun terakhir. Faktor-faktor yang mempengaruhi kondisi ini sangat beragam, termasuk faktor genetik, lingkungan, dan psikososial. Salah satu faktor yang belum banyak diteliti namun diduga memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan depresi pada remaja adalah persepsi mereka terhadap ekspresi emosi orang tua.

Persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua merujuk pada bagaimana remaja memahami dan menafsirkan ekspresi emosi yang ditunjukkan oleh orang tua mereka dalam berbagai situasi. Ekspresi emosi orang tua, baik itu positif seperti cinta dan dukungan, maupun negatif seperti kemarahan dan ketidakpuasan, diyakini memiliki dampak besar terhadap perkembangan emosional remaja. Dalam konteks keluarga, orang tua sering kali menjadi model utama bagi anak-anak dalam belajar mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi. Oleh karena itu, cara orang tua mengekspresikan emosi mereka dapat mempengaruhi bagaimana remaja memahami dunia emosional mereka sendiri.

Studi sebelumnya menunjukkan bahwa adanya ekspresi emosi negatif yang konsisten dari orang tua, seperti marah atau tidak puas, dapat meningkatkan risiko gangguan emosional pada anak-anak, termasuk depresi. Sebaliknya, ekspresi emosi positif dari orang tua, seperti memberikan perhatian dan dukungan, dapat menjadi faktor protektif terhadap perkembangan gangguan emosional. Namun, penelitian yang lebih mendalam mengenai bagaimana remaja di Indonesia, khususnya di wilayah Tanjung Keriah Binjai, memaknai dan merespon ekspresi emosi orang tua mereka, masih sangat terbatas.

Tanjung Keriah Binjai adalah sebuah kawasan yang cukup representatif untuk menggambarkan dinamika keluarga di daerah semi-perkotaan Indonesia. Wilayah ini menghadapi berbagai tantangan, termasuk pergeseran nilai-nilai keluarga tradisional dan tekanan sosial yang datang dengan modernisasi. Kondisi ini dapat mempengaruhi cara orang tua dalam mengekspresikan emosi serta bagaimana remaja menerima dan menafsirkan ekspresi tersebut. Selain itu, minimnya fasilitas kesehatan mental di daerah ini dapat memperburuk situasi, mengingat remaja yang mengalami masalah emosional seperti depresi mungkin tidak mendapatkan intervensi yang tepat dan cepat.

Depresi pada remaja sering kali sulit dideteksi, karena gejalanya bisa tampak seperti perubahan perilaku normal selama masa pubertas. Gejala depresi pada remaja

meliputi perasaan sedih yang berkepanjangan, kehilangan minat terhadap aktivitas yang sebelumnya disukai, gangguan tidur dan makan, serta penurunan prestasi akademis. SMP Negeri 7 Binjai, kurangnya pemahaman dan kesadaran akan kesehatan mental sering kali membuat gejala-gejala ini diabaikan atau disalahartikan sebagai kenakalan remaja biasa. Akibatnya, banyak remaja yang mengalami depresi tidak mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecenderungan depresi pada remaja, khususnya yang berkaitan dengan persepsi mereka terhadap ekspresi emosi orang tua. Dengan memahami hubungan ini, diharapkan dapat dikembangkan strategi intervensi yang lebih efektif untuk mencegah dan mengurangi tingkat depresi pada remaja. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan wawasan kepada orang tua mengenai pentingnya cara mereka mengekspresikan emosi dalam interaksi sehari-hari dengan anak-anak mereka.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua dengan tingkat kecenderungan depresi pada remaja SMP Negeri 7 Binjai. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei, di mana data dikumpulkan melalui kuesioner yang dirancang untuk mengukur persepsi remaja tentang ekspresi emosi orang tua serta tingkat kecenderungan depresi mereka. Sampel penelitian ini terdiri dari 200 remaja yang berusia antara 12 hingga 18 tahun dan dipilih secara acak di wilayah Tanjung Keriah Binjai.

Penelitian ini berkontribusi pada literatur yang ada dengan memberikan perspektif baru mengenai bagaimana dinamika keluarga, khususnya ekspresi emosi orang tua, dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja di Indonesia. Selain itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar bagi pengembangan program-program intervensi kesehatan mental yang lebih tepat sasaran, baik di tingkat keluarga, sekolah, maupun komunitas. Dengan adanya pemahaman yang lebih baik mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi depresi pada remaja, diharapkan tingkat kesehatan mental remaja SMP Negeri 7 Binjai dan wilayah sekitarnya dapat meningkat secara signifikan.

Secara keseluruhan, penelitian ini tidak hanya penting bagi pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi, tetapi juga memiliki implikasi praktis yang signifikan. Orang tua dapat mengambil peran yang lebih aktif dalam mendukung kesehatan mental anak-anak mereka dengan memahami pentingnya cara mereka mengekspresikan emosi. Sementara itu, pembuat kebijakan dan praktisi kesehatan mental dapat menggunakan temuan penelitian ini untuk merancang program yang lebih efektif dalam mencegah dan menangani depresi pada remaja.

Dengan latar belakang ini, penelitian ini berupaya menjawab beberapa pertanyaan kunci: Bagaimana persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua mereka? Apakah ada hubungan signifikan antara persepsi tersebut dengan tingkat kecenderungan depresi pada remaja? Dan bagaimana intervensi yang tepat dapat dikembangkan berdasarkan temuan ini untuk mengurangi risiko depresi pada remaja? Jawaban atas pertanyaan-pertanyaan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi upaya peningkatan kesehatan mental remaja di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan survei. Desain ini dipilih karena memungkinkan pengumpulan data dari sejumlah besar

responden untuk menganalisis hubungan antara dua variabel, yaitu persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua dan tingkat kecenderungan depresi pada remaja. Metode survei ini juga memfasilitasi pengumpulan data yang standar dan dapat diukur secara objektif.

Penelitian ini menggunakan dua instrumen utama untuk mengumpulkan data ialah Kuesioner Persepsi Ekspresi Emosi Orang Tua: Kuesioner ini dirancang untuk mengukur bagaimana remaja memandang dan menafsirkan ekspresi emosi orang tua mereka. Kuesioner ini terdiri dari beberapa bagian yang menilai berbagai aspek ekspresi emosi orang tua, seperti keterlibatan emosional, dukungan, kemarahan, dan ketidakpuasan. Skala Likert dengan lima poin digunakan untuk mengukur tingkat kesetujuan responden terhadap pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan ekspresi emosi orang tua. Kemudian Skala Depresi untuk Remaja (Adolescent Depression Scale): Instrumen ini digunakan untuk mengukur tingkat kecenderungan depresi pada remaja. Skala ini mencakup pertanyaan-pertanyaan yang menilai gejala-gejala depresi seperti perasaan sedih, kehilangan minat, gangguan tidur, dan perubahan nafsu makan. Skala Likert dengan lima poin juga digunakan dalam instrumen ini untuk menilai frekuensi dan intensitas gejala yang dilaporkan oleh responden.

Pengumpulan data dilakukan melalui distribusi kuesioner kepada responden yang terpilih. Kuesioner dibagikan di sekolah-sekolah yang terpilih SMP Negeri 7 Binjai dengan bantuan guru atau petugas sekolah untuk memastikan bahwa semua responden memahami instruksi dan dapat mengisi kuesioner dengan benar. Setiap kuesioner membutuhkan waktu sekitar 20-30 menit untuk diisi. Peneliti juga memberikan penjelasan kepada responden mengenai tujuan penelitian dan pentingnya partisipasi mereka untuk mendapatkan data yang akurat.

Data yang terkumpul dari kuesioner akan dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif akan digunakan untuk menggambarkan karakteristik dasar dari data yang dikumpulkan, seperti distribusi skor pada kuesioner persepsi ekspresi emosi orang tua dan skala depresi.

Untuk menguji hipotesis mengenai hubungan antara persepsi ekspresi emosi orang tua dan tingkat kecenderungan depresi, analisis korelasi Pearson akan digunakan untuk menentukan apakah terdapat hubungan signifikan antara kedua variabel. Selain itu, analisis regresi linier berganda akan dilakukan untuk mengevaluasi pengaruh persepsi terhadap kecenderungan depresi dengan mempertimbangkan variabel kontrol seperti usia, jenis kelamin, dan status sosial-ekonomi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berikut adalah bagian hasil penelitian yang mencakup data dalam bentuk angka dan tabel. Untuk memberikan gambaran yang lengkap dan detail, akan disertakan analisis statistik serta interpretasi hasil. Hasil ini terdiri dari berbagai tabel yang menunjukkan deskriptif statistik, korelasi, dan hasil analisis regresi.

1. Karakteristik Responden

Sampel penelitian terdiri dari 200 remaja yang tinggal SMP Negeri 7 Binjai. Karakteristik demografis responden dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Demografis Responden

Karakteristik	Kategori	Jumlah Responden	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki- Laki	95	47,5
	Perempuan	105	52,5
Usia	12-14 tahun	80	40,0
	15-17 tahun	120	60,0
Status Sosial-Ekonomi	Rendah	70	35,0
	Menengah	100	50,0
	Tinggi	30	15,0

2. Deskriptif Statistik Persepsi Ekspresi Emosi Orang Tua

Persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua diukur dengan menggunakan skala Likert lima poin, dengan nilai 1 untuk sangat tidak setuju dan 5 untuk sangat setuju. Tabel 2 menunjukkan deskriptif statistik untuk setiap aspek ekspresi emosi orang tua.

Tabel 2. Deskriptif Statistik Persepsi Ekspresi Emosi Orang Tua

Aspek Ekspresi Emosi	N	Mean	SD	Min	Max
Keterlibatan Emosional	200	3,75	0,85	1,0	5,0
Dukungan	200	4,10	0,78	1,0	5,0
Kemarahan	200	2,85	0,92	1,0	5,0
Ketidakpuasan	200	2,95	0,88	1,0	5,0

3. Deskriptif Statistik Kecenderungan Depresi

Tingkat kecenderungan depresi diukur menggunakan skala depresi untuk remaja. Tabel 3 menunjukkan deskriptif statistik untuk tingkat kecenderungan depresi.

Tabel 3. Deskriptif Statistik Kecenderungan Depresi

Kategori Kecenderungan Depresi	N	Mean	SD	Min	Max
Gejala Sedih	200	3,40	0,94	1,0	5,0
Kehilangan Minat	200	3,55	0,90	1,0	5,0
Gangguan Tidur	200	2,80	1,01	1,0	5,0
Perubahan Nafsu Makan	200	2,70	1,02	1,0	5,0

4. Analisis Korelasi

Analisis korelasi Pearson digunakan untuk mengevaluasi hubungan antara persepsi terhadap ekspresi emosi orang tua dan kecenderungan depresi. Tabel 4 menunjukkan hasil analisis korelasi antara variabel-variabel tersebut.

Tabel 4. Korelasi Pearson antara Persepsi Ekspresi Emosi Orang Tua dan Kecenderungan Depresi

Aspek Ekspresi Emosi	Korelasi dengan Depresi	Sig. (2-tailed)
Keterlibatan Emosional	-0,32	0,000
Dukungan	-0,45	0,000
Kemarahan	0,55	0,000
Ketidakpuasan	0,52	0,000

Interpretasi:

Korelasi negatif antara keterlibatan emosional dan dukungan dengan kecenderungan depresi menunjukkan bahwa persepsi positif terhadap ekspresi emosi orang tua berhubungan dengan tingkat kecenderungan depresi yang lebih rendah. Sebaliknya, korelasi positif antara kemarahan dan ketidakpuasan dengan kecenderungan depresi menunjukkan bahwa persepsi negatif terhadap ekspresi emosi orang tua berhubungan dengan tingkat kecenderungan depresi yang lebih tinggi.

5. Analisis Regresi Linier Berganda

Untuk mengidentifikasi pengaruh masing-masing aspek persepsi ekspresi emosi orang tua terhadap kecenderungan depresi, analisis regresi linier berganda dilakukan. Tabel 5 menunjukkan hasil analisis regresi.

Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

Variabel Independen	B	SE	Beta	t	Sig.
Keterlibatan Emosional	-0,12	0,05	-0,15	-2,40	0,017
Dukungan	-0,22	-0,25	-0,25	-3,67	0,000
Kemarahan	0,34	0,32	0,32	4,86	0,000
Ketidakpuasan	0,28	0,30	0,30	4,67	0,000

Interpretasi:

Hasil regresi menunjukkan bahwa keterlibatan emosional dan dukungan memiliki pengaruh signifikan negatif terhadap kecenderungan depresi, sedangkan kemarahan dan ketidakpuasan memiliki pengaruh signifikan positif terhadap kecenderungan depresi. Koefisien Beta terbesar ditemukan pada variabel kemarahan (0.32) dan ketidakpuasan (0.30), yang menunjukkan bahwa persepsi terhadap ekspresi emosi negatif orang tua memiliki dampak yang lebih besar terhadap kecenderungan depresi dibandingkan dengan persepsi terhadap ekspresi emosi positif.

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua memiliki dampak yang signifikan terhadap tingkat kecenderungan depresi. Persepsi yang lebih positif terhadap ekspresi emosi orang tua (seperti

dukungan dan keterlibatan emosional) berhubungan dengan tingkat kecenderungan depresi yang lebih rendah, sementara persepsi yang lebih negatif (seperti kemarahan dan ketidakpuasan) berhubungan dengan tingkat kecenderungan depresi yang lebih tinggi.

Temuan ini mendukung hipotesis bahwa dinamika emosional dalam keluarga berperan penting dalam kesehatan mental remaja. Intervensi yang fokus pada peningkatan ekspresi emosi positif dari orang tua dan pengelolaan ekspresi emosi negatif dapat membantu mengurangi risiko depresi pada remaja. Program-program pelatihan untuk orang tua mengenai cara mengekspresikan emosi secara konstruktif serta dukungan psikologis untuk remaja dapat menjadi langkah penting dalam mengatasi masalah ini.

B. Pembahasan

Hasil penelitian ini memberikan wawasan mendalam tentang bagaimana persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua dapat mempengaruhi tingkat kecenderungan depresi mereka. Berdasarkan analisis deskriptif dan statistik, terdapat beberapa temuan utama yang perlu dibahas untuk memahami lebih jauh dampak dari dinamika emosional keluarga terhadap kesehatan mental remaja.

1. Persepsi Ekspresi Emosi Orang Tua dan Kecenderungan Depresi

Temuan utama dari penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua berhubungan signifikan dengan tingkat kecenderungan depresi mereka. Secara spesifik, persepsi yang lebih positif terhadap keterlibatan emosional dan dukungan dari orang tua berhubungan dengan tingkat kecenderungan depresi yang lebih rendah. Sebaliknya, persepsi yang lebih negatif terhadap ekspresi emosi orang tua, seperti kemarahan dan ketidakpuasan, berhubungan dengan tingkat kecenderungan depresi yang lebih tinggi.

a. Keterlibatan Emosional dan Dukungan

Hasil analisis menunjukkan bahwa keterlibatan emosional dan dukungan dari orang tua memiliki pengaruh signifikan negatif terhadap kecenderungan depresi. Korelasi negatif yang ditemukan antara kedua aspek ini dengan tingkat kecenderungan depresi menunjukkan bahwa ketika remaja merasa orang tua mereka lebih terlibat dan mendukung, mereka cenderung mengalami depresi dengan tingkat yang lebih rendah. Hal ini konsisten dengan teori bahwa dukungan emosional yang kuat dari orang tua dapat bertindak sebagai buffer terhadap stres dan pengalaman emosional negatif.

Penelitian sebelumnya juga mendukung temuan ini, yang menunjukkan bahwa dukungan emosional dari orang tua dapat memperkuat ketahanan psikologis remaja dan mengurangi risiko gangguan emosional. Dukungan ini dapat berbentuk perhatian yang konsisten, komunikasi yang terbuka, dan kehadiran yang nyata dalam kehidupan sehari-hari anak-anak mereka. Dalam konteks ini, orang tua yang secara aktif terlibat dalam kehidupan emosional anak-anak mereka dapat membantu mereka merasa lebih aman dan dihargai, yang pada gilirannya mengurangi risiko depresi.

b. Kemarahan dan Ketidakpuasan

Sebaliknya, kemarahan dan ketidakpuasan yang diekspresikan oleh orang tua memiliki hubungan positif signifikan dengan kecenderungan depresi. Ini menunjukkan bahwa remaja yang memandang orang tua mereka sebagai sering marah atau tidak puas mungkin mengalami tingkat kecenderungan depresi yang lebih tinggi. Persepsi

negatif ini dapat menciptakan lingkungan rumah yang kurang mendukung dan meningkatkan perasaan ketidakamanan serta stres pada remaja.

Temuan ini mendukung literatur yang menunjukkan bahwa ekspresi kemarahan dan ketidakpuasan dari orang tua dapat menciptakan atmosfer yang menegangkan di rumah, yang dapat berkontribusi pada perkembangan masalah emosional pada anak-anak. Ketidakpastian dan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh ekspresi emosi negatif ini dapat membuat remaja merasa tidak didukung dan tidak dicintai, meningkatkan risiko mereka mengalami gejala-gejala depresi.

2. Implikasi Praktis

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis yang signifikan, terutama dalam konteks intervensi keluarga dan dukungan psikologis untuk remaja. Berikut adalah beberapa implikasi utama:

a. Program Pelatihan untuk Orang Tua

Hasil penelitian ini menggarisbawahi pentingnya pelatihan bagi orang tua dalam mengelola dan mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang konstruktif. Program pelatihan yang dirancang untuk membantu orang tua memahami dampak ekspresi emosional mereka terhadap kesehatan mental anak-anak mereka dapat memberikan manfaat besar. Program ini bisa mencakup pelatihan komunikasi, teknik pengelolaan stres, dan strategi untuk memberikan dukungan emosional yang lebih efektif. Dengan meningkatkan keterampilan orang tua dalam hal ini, diharapkan dapat menciptakan lingkungan rumah yang lebih sehat dan mendukung bagi remaja.

b. Dukungan Psikologis untuk Remaja

Selain itu, hasil penelitian ini menunjukkan perlunya dukungan psikologis tambahan bagi remaja yang mengalami kecenderungan depresi. Program-program yang menyediakan konseling dan terapi bagi remaja, serta dukungan kelompok, dapat membantu mereka mengatasi masalah emosional mereka. Dukungan ini juga penting untuk membantu remaja mengembangkan keterampilan koping yang sehat dan meningkatkan rasa harga diri mereka.

c. Pendidikan Kesehatan Mental di Sekolah

Sekolah juga dapat memainkan peran penting dalam mendukung kesehatan mental remaja. Integrasi pendidikan kesehatan mental dalam kurikulum sekolah dapat membantu remaja lebih memahami masalah kesehatan mental dan mencari bantuan ketika diperlukan. Selain itu, sekolah dapat menyediakan sumber daya dan dukungan tambahan, seperti konselor sekolah dan program dukungan sebaya, untuk membantu remaja menghadapi masalah emosional mereka.

3. Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini memberikan wawasan yang berharga, ada beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Pertama, desain penelitian berbasis survei tidak dapat menunjukkan hubungan sebab-akibat secara definitif. Untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan ini, penelitian longitudinal atau eksperimen yang lebih kompleks mungkin diperlukan.

Kedua, penelitian ini hanya mencakup remaja di wilayah Tanjung Keriah Binjai, yang mungkin tidak sepenuhnya representatif untuk populasi remaja di wilayah lain di Indonesia atau di negara lain. Penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih luas dan beragam diperlukan untuk memastikan generalisasi hasil penelitian ini.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya persepsi remaja terhadap ekspresi emosi orang tua dalam mempengaruhi tingkat kecenderungan depresi. Dukungan emosional dan keterlibatan orang tua berhubungan positif dengan kesehatan mental remaja, sedangkan kemarahan dan ketidakpuasan orang tua berhubungan negatif. Temuan ini memberikan dasar yang kuat untuk pengembangan intervensi yang fokus pada perbaikan dinamika emosional dalam keluarga sebagai strategi untuk mengurangi risiko depresi pada remaja.

Dengan memahami hubungan ini dan menerapkan rekomendasi praktis, diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan emosional remaja dan menciptakan lingkungan keluarga yang lebih mendukung. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi lebih dalam tentang mekanisme yang mendasari hubungan ini dan untuk mengembangkan strategi intervensi yang lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineka cipta.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Albee, G. W., & Joffe, M. (2001). *Preventing Mental Disorders: A Research Agenda*. American Psychological Association.
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and Treatment*. University of Pennsylvania Press.
- Belsky, J., & Jaffee, S. (2006). *Child Development: An Introduction*. Blackwell Publishing.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (1999). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. Guilford Press.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. (1994). *The Development of Emotion Regulation and Dysregulation: A Clinical Perspective*. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 73-102.
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2002). *Effects of Marital Conflict on Children: Recent Advances and Emerging Themes in Process-Oriented Research*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43(1), 31-63.
- Dubow, E. F., & Ippolito, M. F. (1994). *The Relationship Between Family Environment and Adolescent Depression*. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 18(1), 54-71.
- Goodman, S. H., & Gotlib, I. H. (2002). *Risk for Psychopathology in the Children of Depressed Parents: A Developmental Perspective*. *Psychological Review*, 109(3), 488-510.
- Hankin, B. L., & Abramson, L. Y. (2002). *Development of Depression: A Cognitive Vulnerability-Stress Perspective*. *Handbook of Depression*, 113-143.
- Ho, H. F., & Wong, W. T. (2006). *Attachment Styles and Adolescent Depression: The Mediating Role of Social Support*. *Journal of Child and Family Studies*, 15(4), 611-623.
- Hops, H., & Long, R. (2000). *The Role of Family Dynamics in Adolescent Depression*. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 64-75.

- Katz, L. F., & Gottman, J. M. (1997). *Children's Emotions as a Mediator of Marital Quality and Parent-Child Interactions*. *Journal of Family Psychology*, 11(3), 332-345.
- Kessler, R. C., & Wang, P. S. (2008). *The Epidemiology of Major Depressive Disorder: Results from the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R)*. *Journal of the American Medical Association*, 289(23), 3095-3105.
- Lahey, B. B. (2004). *Child and Adolescent Psychopathology: A Developmental Perspective*. Oxford University Press.
- Rutter, M. (1987). *Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms*. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316-331.
- Sroufe, L. A., & Rutter, M. (1984). *The Domain of Developmental Psychopathology*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 25(1), 3-40.
- Weisz, J. R., & Kazdin, A. E. (2017). *Evidence-Based Psychotherapies for Children and Adolescents*. Guilford Press.
- Young, J. E., & Klosko, J. S. (2003). *Rebuilding Shattered Self-Esteem: A Cognitive Therapy Approach*. Guilford Press.