

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN LINGKUNGAN SOSIAL (TEMAN SEBAYA) TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA DI SMK TRI KARYA UTAMA

Imelda Sri Atika, Annisa Agata, Sujiah

Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia

Artikel info	ABSTRAK
Corresponding Author: Imelda Sri Atika Imeldasriatika.student@umitra.ac.id Universitas Mitra Indonesia	Gangguan kesehatan didefinisikan sebagai suatu kondisi ketika terdapat gangguan nyata dan serius pada pemikiran, pengendalian emosi, atau tindakan seseorang dengan perasaan putus asa. Lingkungan keluarga ialah lingkungan terdekat bagi anak dan berperan penting dalam pembentukan kesehatan mental. Lingkungan teman sebaya sering dianggap sebagai faktor penting dalam membentuk identitas dan kesejahteraan sosial individu, terutama pada masa remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan lingkungan sosial (teman sebaya) terhadap kesehatan mental pada remaja di SMK Tri Karya Utama Bandar Lampung. Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian Cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 176 siswa. sampel menggunakan Simple Random Sampling yaitu 71 responden. Hasil penelitian ini dibuktikan secara signifikan yang bermakna untuk variabel dukungan keluarga dan lingkungan sosial (teman Sebaya) terhadap kesehatan mental pada remaja didapatkan nilai p-value 0,001 (p-value <0,05) yang artinya ada hubungan dukungn keluarga dan lingkungan sosial (teman sebaya) terhadap kesehan mental pada remaja di SMK Tri Karya Utama Bandar Lampung. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa Keluarga merupakan tempat bergantungnya anak sebagai seorang manusia dan sebagai seorang anak yang membutuhkan support atau dukungan serta kekuatan dari keluarganya. Teman sebaya adalah kelompok anak sebaya yang sukses ketika anggotanya dapat berinteraksi. Saran bagi pihak sekolah agar dapat melakukan penyuluhan Kesehatan tentang Kesehatan mental pada remaja awal serta dapat menyediakan ruang bimbingan konseling untuk menjadi wadah bagi para siswa untuk mengatasi permasalahan yang muncul terkait Kesehatan mental pada siswanya Keywords: <i>Dukungan Keluarga, Mental Remaja, Lingkungan Sosial</i> This article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Masa remaja ialah era perkembangan yang istimewa dimana terjalin sebagian pergantian semacam raga, penuh emosi, serta sosial, tercantum paparan kepada kekurangan, pelecehan, ataupun kekerasan, yang berkontribusi kepada permasalahan yang dialami anak muda itu. Dengan terdapatnya tingkatan keselamatan psikologis serta

mencegah angkatan belia dari pengalaman serta resiko minus yang bisa pengaruhi kemajuan mereka berarti buat keselamatan raga serta psikologis dikala berusia(Jayanti, L. D., & Brier, 2020). Bagi(Stuart. Gail. W, 2019) kalau pergantian raga, kognitif serta penuh emosi yang dirasakan pada tahap anak muda bisa memunculkan stress serta mengakibatkan sikap istimewa pada anak muda. Disamping itu, salah satu kewajiban kemajuan anak muda yang wajib dilewati merupakan meningkatkan bukti diri diri serta mulai meningkatkan independensi penuh emosi dari orangtua. Anak muda mempunyai kemauan alam dasar siuman buat menjaga ketergantungannya, tetapi disisi lain anak muda pula dalam cara independensi. Alhasil anak muda bisa jadi hendak membuktikan tindakan ambivalen yang ditunjukkan dalam marah yang meluap- luap alhasil bisa mengusik kesehatan psikologis anak muda. Bagian warga terkecil bisa dikarakterisasikan selaku keluarga, yang mencakup seseorang kepala keluarga serta sebagian orang yang terkumpul buat bermukim di dasar satu asbes dalam kondisi silih tergantung(Widagdo, 2016). Tetapi, keluarga melingkupi lebih dari semata- mata perkumpulan papa, bunda, serta anak; keluarga ialah area pengasuhan untuk kanak- kanak. Seluruh suatu mulai bertumbuh dari dalam keluarga(Puspytasari, 2022). Keakraban antara orang berumur serta keberhasilan aplikasi pengasuhan, paling utama dalam memutuskan ketertiban dan batas yang cocok, menampilkan kedudukan positif area keluarga dalam tingkatkan kesehatan psikologis anak muda. Ikatan bersahabat dengan orang berumur serta pengasuhan yang mensupport berfungsi selaku aspek proteksi, kurangi resiko permasalahan sosial serta penuh emosi pada anak muda yang bisa jadi terhampar kekerasan dalam area keluarga(Puspytasari, 2022). Dengan cara lebih spesial, di tengah kompetisi di bermacam aspek yang begitu ketatnya serta desakan dari area yang lumayan besar akibat kemajuan zaman, tidak bisa dibantah kalau situasi psikologis yang dipunyai oleh anak muda amat dikhawatirkan. Bagi informasi, kendala kesehatan psikologis banyak terjalin di umur 15– 24 tahun(World Health Organization, 2022). Kendala kesehatan psikologis terdiri dari berbagai tipe dan tingkatan keparahan. Bersumber pada informasi tahun 2019 ditemui kalau satu dari 8 orang ataupun dekat 970 juta orang di bumi hidup dengan suatu kendala kesehatan psikologis. Kendala kesehatan didefinisikan selaku sesuatu situasi kala ada kendala jelas serta sungguh- sungguh pada pandangan, pengaturan marah, ataupun aksi seorang yang umumnya berhubungan dengan perasaan putus asa ataupun penyusutan kemampuan yang penting(World Health Organization, 2022).

Kesehatan psikologis merujuk pada penyeimbang keceriaan serta ketidak bahagiaan dalam diri seseorang orang, yang membolehkan mereka buat menanggulangi titik berat hidup yang biasa, berperan dengan cara berdaya guna, serta mempengaruhi komunitas mereka. Kesehatan psikologis mencakup lebih dari semata- mata kendala psikologis. kesehatan psikologis pula mengaitkan kapasitas seorang buat menanggulangi marah, melindungi ikatan sosial, serta membiasakan diri dengan pergantian(Federasi Psikiatri Amerika, 2020). Kesehatan psikologis akrab dukungannya dengan kesehatan raga serta psikologis. Kesehatan psikologis tiap badan keluarga bisa ditingkatkan dengan terdapatnya keluarga yang utuh, berperan bagus, serta sanggup menghasilkan penyeimbang dalam hubungannya(Nugraha et angkatan laut(AL)., 2023).

Terus menjadi banyak angkatan belia terhampar keadaan beresiko, hingga hendak terus menjadi berakibat pada kesehatan psikologis mereka. Permasalahan kesehatan

psikologis kerap dirasakan oleh sebagian angkatan belia dampak situasi kehidupan, perasaan malu, pembedaan ataupun pengucilan, dan minimnya sokongan serta layanan yang mencukupi(Jayanti, L. D.,& Brier, 2020) Area keluarga yakni area terdekat untuk anak serta berfungsi berarti dalam pembuatan kesehatan psikologis. Anak muda mempunyai ikatan yang berbeda- beda serta akibat yang bisa pengaruhi perasaan, benak, serta tindakannya. Keluarga butuh lebih aktif dalam membuat kepribadian tiap orang, paling utama anak muda, supaya menggapai kemajuan kepribadian yang positif. Ini amat berarti paling utama pada anak yang lagi hadapi era anak muda, di mana kedudukan edukasi serta tanggung jawab orang berumur jadi amat genting(Nugraha et angkatan laut(AL)., 2023). Oleh sebab itu, berarti buat dimengerti dengan cara global gimana area keluarga pengaruhi permasalahan kesehatan psikologis anak muda(Reza et angkatan laut(AL)., 2022).

Bersumber pada ester lontoh dkk 2024, diperoleh bahwa hasil percobaan statistik diperoleh angka signifikansi sebesar 0,021(< 0,05) dengan koefisien hubungan ialah(+) 0,678. Angka ini membuktikan terdapatnya ikatan positif antara sokongan sosial keluarga dengan kesehatan jiwa anak didik SMP Negara 3 Pengadegan Kecamatan Pengadegan Kabupaten Purbalingga. Bersumber pada hasil riset(Astuti, 2018), diperoleh kalau beberapa besar anak muda mempunyai ilham bunuh diri yang besar. Ilham serta eksperimen bunuh diri bisa mencuat selaku dampak dari perasaan harga diri kecil. Kalau 26,7% anak muda mempunyai harga diri kecil dampak bullying. Bersumber pada informasi Komisi Proteksi Anak Indonesia(KPAI) menyebutkan kalau antara tahun 2015– 2020 ditemui sebesar 87% hadapi permasalahan kekerasan tercantum bullying. Serta hasil amatan asosiasi Nasional Pengembangan Sekolah Kepribadian tahun 2020 mengatakan kalau nyaris tiap sekolah di Indonesia terdapat permasalahan bullying. Banyaknya permasalahan serta sikap menyimpang pada era anak muda membuktikan kalau anak muda ialah golongan resiko kepada permasalahan kesehatan jiwa.

Survey kesehatan psikologis nasional awal yang mengukur nilai peristiwa kendala psikologis pada anak muda 10– 17 tahun di Indonesia, membuktikan kalau satu dari 3 anak muda Indonesia mempunyai permasalahan kesehatan psikologis sedangkan satu dari 2 puluh anak muda Indonesia mempunyai kendala psikologis dalam 12 bulan terakhir. Didapat informasi bunuh diri pertahun sebesar 1.800 orang ataupun tiap hari terdapat 5 orang melaksanakan bunuh diri, dan 47% korban bunuh diri merupakan umur 10- 39 tahun yang ialah umur anak muda serta umur produktif. Buat dikala ini di Indonesia mempunyai prevelensi orang dengan kendala jiwa dekat 5 dari masyarakat Indonesia maksudnya dekat 20% dari populasi di Indonesia itu memiliki potensi- potensi permasalahan kendala jiwa(Kemenkes RI, 2021).

Kebiasaan masyarakat di Provinsi Lampung yang hadapi kendala jiwa pada tahun 2013 ke 2018 hadapi kenaikan, ialah kendala jiwa berat menggapai 0,8%, sebaliknya kendala psikologis penuh emosi masyarakat dengan cara biasa di Lampung sebesar 6,8% lebih kecil dari nilai nasional(11,6%). Kendala psikologis penuh emosi paling tinggi ada di Kabupaten Lampung Selatan sebesar 10,4% serta terendah di provinsi Lampung Utara 3,1%. Tahun 1995, 140 dari 1000 badan rumah tangga yang berumur > 15 tahun hadapi kendala psikologis penuh emosi(Departemen Kesehatan RI, 2018). Kotabandar Lampung mempunyai kebiasaan masyarakat yang hadapi kendala jiwa berat menggapai 0,8%, sebaliknya kebiasaan masyarakat yang hadapi permasalahan kesehatan psikologis

sebesar 8, 8% lebih kecil dari nilai nasional(11, 6%). Permasalahan kesehatan psikologis yang dimaksudkan ialah mencakup kendala penuh emosi, keresahan, serta tekanan mental. Jumlah pengidap kendala penuh emosi sebesar 3, 7%, pengidap kendala keresahan dekat 3, 1% serta pengidap tekanan mental sebesar 2%. Permasalahan kesehatan psikologis itu diakibatkan oleh sebagian aspek ialah aspek biologis, intelektual, serta sosial.

Bersumber pada prasurvei yang di jalani riset di Sekolah Menengah Kejuruan(SMK) Tri Buatan Pentingbandar Lampung, periset melakukan tanya jawab dengan guru BK diperoleh 32 anak didik kalau terdapat anak didik yang tidak normal dalam mengendalikan marah, merasa takut, penyusutan atensi berlatih serta terganggunya permasalahan dalam cara berlatih membimbing, sebab terdapat sebagian anak didik itu hadapi perpisahan orang berumur serta minimnya didikan keluarga paling utama orang berumur. Bersumber pada Tanya jawab yang dicoba periset dengan 10 anak didik di Sekolah Menengah Kejuruan(SMK) Tri Buatan Pentingbandar Lampung, 6 anak didik berkata merasa takut sebab khawatir di marahi oleh orang berumur di karenakan memperoleh angka tes dibawah standar kelulusan. 3 anak didik anak didik yang lain tidak hirau dengan hasil angka tes yang didapat, sebab orang berumur kerap tidak hirau dengan hasil mereka. 1 anak didik berkata kalau anak pria lebih yakin diri serta mewajibkan berlagak mandiri serta kokoh dari pada wanita.

METODE

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian Crooss sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa-siswi di SMK Tri Karya Utama Bandar Lampung sebanyak 176 siswa. Teknik pengambilan sampel yaitu Simple Ramdom Sampling didapatkan jumlah sampel 71 siswa. Instrumen penelitian berupa kuesioner untuk mengidentifikasi dukungan keluarga, lingkungan sosial (teman sebaya) dan Kesehatan mental. Metode yang digunakan yaitu korelasi yang meneliti tentang Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Lingkungan Sosial (Teman Sebaya) terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja SMK Tri Karya Utama Bandar Lampung. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa di SMK Tri Karya Utama Bandar Lampung. Penelitian di laksanakan di SMK Tri Karya Utama Bandar Lampung Pada tanggal 6-8 Januari 2024.

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Umur	Frequency	Percent
16 tahun	33	46.5
17 tahun	29	40.8
18 tahun	9	12.7
Total	71	100.0

Berdasarkan analisis tabel 4.1 bahwa umur responden terbanyak pada siswa SMK Tri Kary Utama adalah 16 tahun sebanyak 33 (46,5%) dari 71 responden, usia 17 tahun sebanyak 29 (40,8%) responden dan 18 tahun 9 (12,7%) responden.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frequency	Percent
Perempuan	44	62.0
Laki-laki	27	38.0
Total	71	100.0
Perempuan	44	62.0

Berdasarkan analisis pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa berdasarkan jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 44 (62,0%) responden dan laki-laki sebanyak 27 (38,0%) responden.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Frequency	Percent
kurang	18	25.4
cukup	35	49.3
baik	18	25.4
Total	71	100.0

Berdasarkan analisis pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa berdasarkan dukungan keluarga responden yang berkategori kurang sebanyak 18 (25,4%) responden, kategori cukup sebanyak 35 (49,3%) responden dan kategori baik sebanyak 18 (25,4%) responden.

Tabel 4.4 Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Kesehatan Mental

Dukungan Teman Sebaya	Kesehatan mental							Total	P-value
	Ringan		Sedang		Berat				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Kurang	0	0,0	4	13,8	25	86,2	28	100,0	0,001
Cukup	1	4,3	15	65,2	7	30,4	23	100,0	
Baik	11	57,9	0	0,0	8	42,1	19	100,0	
Total	12	16,9	19	26,8	40	56,3	71	100,0	

Berdasarkan table 4.4 hasil analisis hubungan dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental pada 71 responden, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat kesehatan mental, dengan nilai *p-value* sebesar 0,001 (<0,05). Pada responden dengan dukungan teman sebaya yang kurang, sebagian besar mengalami kesehatan mental dalam kategori berat, yaitu sebanyak 25 responden (86,2%), sedangkan 4 responden (13,8%) berada pada kategori sedang dan tidak terdapat responden yang berada pada kategori ringan. Pada kelompok dengan dukungan teman sebaya yang cukup, sebagian besar responden mengalami kesehatan mental kategori sedang, yaitu sebanyak 15 responden (65,2%), diikuti kategori berat sebanyak 7 responden (30,4%) dan kategori ringan sebanyak 1 responden (4,3%). Sementara itu, pada responden dengan dukungan teman sebaya yang baik,

sebagian besar mengalami kesehatan mental kategori ringan, yaitu sebanyak 11 responden (57,9%), sedangkan 8 responden (42,1%) mengalami kesehatan mental kategori berat dan tidak terdapat responden pada kategori sedang. Secara keseluruhan, dari 71 responden, sebanyak 12 responden (16,9%) mengalami kesehatan mental kategori ringan, 19 responden (26,8%) kategori sedang, dan 40 responden (56,3%) kategori berat.

PEMBAHASAN

Bagi hasil analisa periset, sokongan sahabat seangkatan yang bagus hendak pengaruhi kesehatan psikologis yang enteng sebesar 11 responden (57,9%) sebaliknya sokongan sahabat seangkatan yang lumayan hendak pengaruhi kesehatan lagi sebesar 15 responden (65,2%) serta sokongan sahabat seangkatan yang kurang hendak pengaruhi kesehatan mental berat sebesar 25 responden (65,2%) perihal ini membuktikan anak muda ikatan sahabat seangkatan dapat mempunyai akibat yang positif serta minus pada anak muda. Keinginan hendak pendapatan oleh sahabat seangkatan serta kemauan buat masuk ke dalam golongan menghasilkan anak muda masuk dalam golongan yang membuat anak muda bersikap cocok dengan norma serta angka kelompoknya, tercantum sikap beresiko yang bisa menimbulkan permasalahan pada kesehatan jiwanya. akibat negative pada anak muda dengan sahabat sebayanya pula bisa hadapi Kesehatan psikologis. Kejadian yang dirasakan anak muda hendak Kerutinan kurang baik yang dicoba oleh sahabat sebayanya semacam memakai aturan bahasa yang tidak benar, merokok, mabuk- mabukan atau tauran sesama siswa.

Perihal ini dibantu dengan statment kalau anak muda dini hadapi pergantian intelektual antara lain jiwa yang labil, berkurangnya rasa segan kepada orang berumur, terkadang legal agresif, serta adanya akibat sahabat seangkatan (Puspytasari, 2022). Kedewasaan penuh emosi bisa dipengaruhi oleh area, paling utama area keluarga serta sahabat (Puspytasari, 2022). Situasi area keluarga serta sahabat yang hadapi bentrokan bisa mempengaruhi timbulnya permasalahan sikap mengusik (conduct dilemma) pada anak muda. Pada riset (Puspytasari, 2022), membuktikan kalau ada ikatan yang penting antara sokongan sosial sahabat seangkatan dengan permasalahan ikatan dengan sahabat seangkatan. Penelitian ini memperoleh hasil kalau pada anak muda yang memperoleh sokongan sosial sahabat seangkatan besar, hadapi permasalahan ikatan dengan sahabat seangkatan. Usaha yang dibutuhkan ialah bonding dengan sahabat seangkatan, keluarga, sekolah area warga alhasil bisa tingkatkan interaksi serta menghindari timbulnya permasalahan. Orang berumur, guru, serta warga bisa membagikan serta menolong tingkatkan bonding. Periset beranggapan Sahabat seangkatan merupakan golongan anak seangkatan yang berhasil kala anggotanya bisa berhubungan. Keadaan yang dirasakan oleh kanak-kanak itu merupakan perihal yang mengasyikkan saja. Sahabat seangkatan ialah kanak-kanak ataupun anak muda yang mempunyai umur serta tingkatan kedewasaan yang serupa.

KESIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan Kesehatan mental pada remaja di SMK Tri Karya Utama Bandar Lampung tahun 2024. Hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan referensi dan pustaka tentang faktor-faktor yang

berhubungan dengan dukungan sosial dan lingkungan sosial (teman sebaya) pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggarjita, J. T., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2025). Hubungan antara dukungan teman sebaya terhadap tingkat kesehatan mental pada remaja. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, 3(1), 253–258. <https://doi.org/10.61132/corona.v3i1.1152>
- Awwaliyah, F., Isti'adah, F. N., & Muhajirin, M. (2025). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kesejahteraan psikologis (psychological well-being) remaja di SMKN 4 Tasikmalaya. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(1).
- Isni, K., & Amalia, J. O. (2025). The correlation between adolescent' mental health status and parental support: A quantitative study. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 13(SI2), 29–38. <https://doi.org/10.20473/jpk.v13.ISI2.2025.29-38>
- Mauliza, R., Harkensia, L. S., Ardianti, R. D., Sabil, T. M., & Drissianti, P. (2025). Dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan jiwa remaja. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 7(4), 539–546. <https://doi.org/10.31539/r4m8f454>
- Merta Dewi, P. P. P. (2025). *Hubungan dukungan teman sebaya dengan kesehatan mental pada remaja di SMA X Denpasar* [Skripsi/tesis, STIKES Wira Medika Bali].
- Rochma, S., & Hartini, N. (2021). Hubungan antara keberfungsian keluarga dan dukungan sosial teman sebaya dengan subjective well-being (studi pada remaja yang mengalami stres di masa pandemi COVID-19). *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*.
- Rufaida, S. A., Wardani, I. Y., & Panjaitan, R. U. (2021). Dukungan sosial teman sebaya dan masalah kesehatan jiwa pada remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 175–184.
- Widiani, N. L. P. W., Antari, G. A. A., & Sanjiwani, I. A. (2022). Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan stres akademik pada remaja. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 10(3), 310–319. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i03.p11>
- Yunere, F., Anggraini, M., & Vitri, C. Y. (2021). Hubungan dukungan teman sebaya dan lingkungan sekolah dengan gangguan mental emosional pada remaja di SMK Kosgoro 2 Payakumbuh tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 275–284. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.3175>
- Mufidha, A. (2021). Dukungan sosial teman sebaya sebagai prediktor psychological well-being pada remaja. *Acta Psychologia*, 1(1), 34–42. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.43306>