HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024
Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: November, 12, 2025
Revised: December, 07, 2025
Available online: December, 07, 2025
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kecenderungan depresi pada anak remaja

Fitri Wahyuni*, Yuni Astuti, Wahyuni Agustina

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IV/Diponegoro
Korespondensi penulis: Fitri Wahyuni. *Email: fitri@stikeskesdam4dip.ac.id

Abstract

Background: Depression has become a growing trend and a critical issue among adolescents in Indonesia, with the highest prevalence found in Generation Z. Adolescents experiencing depression often show decreased productivity, which can negatively impact society, the nation, and the country, and may even lead to suicide. Depressed adolescents have a five-times higher risk of suicidal ideation compared to those without depression.
Purpose: To identify the factors associated with the tendency toward depression among adolescents..
Method: This analytical study with a cross-sectional design was conducted from July to August 2025. The sample was selected using multistage cluster random sampling based on inclusion and exclusion criteria. A total of 152 adolescents participated. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses, as well as multivariate testing to determine the factors influencing the tendency toward depression among adolescents.
Results: The findings showed significant relationships between the tendency toward depression and the number of siblings (p = 0.003), parental marital status (p = 0.006), causes of sadness (p = 0.009), parenting style (p = 0.009), and body image (p = 0.008). The most influential factor affecting the tendency toward depression was peer social support (p = 0.000). A collaborative effort is recommended through school-based interventions involving both schools and parents to address or prevent depression among adolescents.
Conclusion: The number of siblings, number of family members, causes of sadness, parenting style, and body image are significantly associated with the tendency toward depression in adolescents. The strongest influencing factor is peer social support (p = 0.000).

Keyword: Adolescence; Depression; Peer Support.

Pendahuluan: Depresi saat ini menjadi trend dan *issue* pada remaja di Indonesia. Penderita depresi tertinggi terjadi pada gen Z. Anak remaja dengan depresi produktivitasnya menurun yang berakibat buruk bagi masyarakat, bangsa dan negara bahkan beresiko melakukan bunuh diri. Anak dengan depresi memiliki keinginan bunuh diri 5 kali lebih besar dibandingkan anak tanpa depresi.
Tujuan: Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kecenderungan depresi pada anak remaja.
Metode: Jenis penelitian analitik dengan desain cross sectional ini dilakukan pada Juli-Agustus 2025. Pemilihan sample menggunakan *multistage cluster random sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel sebanyak 152 anak. Analisis data menggunakan univariat, bivariat serta uji multivariat untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kecenderungan depresi pada anak remaja.
Hasil: Terdapat hubungan yang signifikan terhadap kecenderungan depresi dengan jumlah saudara (p = 0.003), status pernikahan orang tua (p = 0.006), penyebab rasa sedih (p = 0,009), pola asuh orang tua (p = 0.009), dan citra tubuh (p = 0.008). Faktor yang paling berpengaruh terhadap kecenderungan depresi adalah dukungan

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i9.1822

teman sebaya (p = 0.000). Rekomendasi diperlukan upaya kolaboratif untuk melakukan *school intervention* dengan melibatkan sekolah dan orangtua dalam mengatasi atau mencegah terjadinya depresi remaja di sekolah.
Simpulan: Jumlah saudara, jumlah anggota keluarga, penyebab rasa sedih, pola asuh orang tua, dan citra tubuh berhubungan signifikan dengan kecenderungan depresi pada remaja. Faktor yang paling kuat memengaruhi depresi adalah dukungan sosial teman sebaya (p = 0.000).

Kata Kunci: Depresi; Dukungan Teman Sebaya; Remaja.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa perubahan. Perubahan yang terjadi pada masa ini yaitu perubahan secara hormonal, perubahan bentuk tubuh, perubahan otak pikiran dan lingkungan. Masa remaja merupakan masa yang rentan terhadap masalah kesehatan mental seperti gangguan makan, gangguan zat psikosis, kecemasan dan depresi (Krygsman & Vaillancourt, 2016). Anak remaja termasuk anak usia sekolah yang memasuki dunia teman sebaya dan lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebayanya. Gangguan dalam hubungan dengan teman sebaya seperti viktimisasi dan penolakan teman sebaya dapat menambah stress interpersonal yang memicu terjadinya depresi (Isumi, Doi, Yamaoka, Takahashi, & Fujiwara, 2020).

Depresi adalah gangguan disregulasi emosi yang sangat lazim yang merusak ketrampilan sosial, kualitas hidup dan kapasitas untuk memberi label dan mengidentifikasi keadaan afektif. Depresi merupakan penyakit yang dialami anak saat merasa tertekan sehingga terganggu aktifitasnya. Anak dengan depresi produktivitasnya menurun, sehingga dapat berakibat buruk bagi masyarakat, bangsa dan negara bahkan berIsiko melakukan bunuh diri (Goodwin, & Zaman, 2023; Lemeshow, Hosmer, Klar, & Lwanga, 1991).

Prevalensi depresi di Indonesia menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, ditemukan sejumlah 630,827 jiwa dan di Jawa Tengah ditemukan sebanyak 86,668 jiwa. Terdapat 445 kasus pelajar yang mengalami depresi dan 2 diantara pelajar tersebut telah melakukan percobaan bunuh diri. Penderita depresi tertinggi terjadi pada gen Z, namun paling sedikit dalam mengakses pengobatan. Depresi yang tidak tertangani akan mengakibatkan timbulnya keinginan bunuh diri 5 kali lebih besar dibandingkan dengan orang tanpa depresi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Penurunan prevalensi kesehatan mental menjadi salah satu target pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang ketiga yaitu peningkatan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat (Liu & Kuai, 2025). Pencegahan terjadinya depresi dikalangan remaja dapat dilakukan dengan cara melakukan screening pada anak remaja dan menemukan faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian depresi tersebut serta melibatkan peran dari orang yang berada di lingkungan anak seperti guru dan orang tua atau wali murid.

METODE

Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* ini dilakukan pada bulan Juli-Agustus 2025 di Kota Semarang. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 2,375 siswa. Sampel sebanyak 152 anak dipilih dengan menggunakan *multistage cluster random sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, dengan ukuran sampel ditentukan menggunakan rumus Lemeshow (Lemeshow et al., 1991). Adapun kriteria inklusi yaitu anak remaja kelas 7 dan 8, mampu membaca dan menulis, anak yang memiliki kecenderungan depresi yang diukur dengan instrumen *Children's Depression Inventory* (CDI), anak yang mengikuti penelitian dari awal sampai akhir, dan mendapatkan ijin dari orangtua atau wali. Kriteria eksklusinya adalah anak berkebutuhan khusus, anak yang tidak mengikuti kegiatan penelitian sampai selesai. Variabel penelitian meliputi depresi pada remaja sebagai variabel bebas dan dukungan teman sebaya, pola asuh, dan body image sebagai variabel terikat.

Pengambilan data dilakukan setelah responden mengisi lembar *informed consent*, dilanjutkan dengan mengisi kuesioner depresi, dukungan sosial, pola asuh, dan *body image*. *Body image*/citra tubuh dibedakan menjadi 2, yakni negatif dan positif. Citra tubuh negative yaitu persepsi negatif, ketidakpuasan, dan penolakan terhadap bentuk atau ukuran tubuh. Sementara citra tubuh positif yaitu rasa hormat, penerimaan, dan penghargaan

Fitri Wahyuni*, Yuni Astuti, Wahyuni Agustina

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IV/Diponegoro
Korespondensi penulis: Fitri Wahyuni. *E-mail: fitri@stikeskesdam4dip.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i9.1822

terhadap tubuh atas fungsi dan kekuatannya, terlepas dari kekurangan yang dirasakan Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendiskripsikan karakteristik responden dan bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara variabel yang terkait, dan uji multivariat menggunakan regresi linier untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi kecenderungan depresi pada anak remaja.

Sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti sudah mendapatkan surat keterangan layak etik dari Rumkit Tk III 04.05.01 dr. Soedjono Magelang dengan nomor: 018/VI/2025.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakterisitik Responden (N=152)

Variabel	Hasil
Umur (n/%) (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(13.09±0.68)(11-14)
11	1/0.7
12	25/16.4
13	85/55.9
14	41/27
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-laki	57/37.5
Perempuan	95/62.5
Anak Ke- (n/%)	
Ke-1	64/42.1
Ke-2	46/30.3
Ke-3	32/21.1
Ke-4	10/6.6
Jumlah Saudara (n/%)	
Tunggal	25/16.4
1	19/12.5
2	56/36.8
3	40/26.3
≥4	12/7.9
Pekerjaan Ayah (n/%)	
ASN	26/17.1
Karyawan swasta	86/56.6
Wiraswasta	22/14.5
Lain-lain	18/11.8
Pekerjaan Ibu (n/%)	
ASN	8/5.2
Karyawan swasta	44/29.0
Wiraswasta	25/16.5
IRT	75/49.3
Tinggal Bersama (n/%)	
Orang tua	95/62.5

Fitri Wahyuni*, Yuni Astuti, Wahyuni Agustina

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IV/Diponegoro
Korespondensi penulis: Fitri Wahyuni. *E-mail: fitri@stikeskesdam4dip.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i9.1822

Orang tua dan kakek/nenek	49/32.2
Saudara	8/5.3
Status Anak (n/%)	
Kandung	151/99.3
Adopsi	1/0.7
Status Pernikahan Orang Tua (n/%)	
Menikah	115/75.7
Bercerai/Meninggal	37/24.3
Riwayat Kehilangan (n/%)	
Tidak pernah kehilangan	68/44.7
Orang tua meninggal	13/8.6
Kerabat/saudara meninggal	71/46.7
Penyebab Rasa Sedih (n/%)	
Tidak pernah kehilangan	68/44.7
Orang tua meninggal	13/8.6
Kerabat/saudara meninggal	71/46.7
Pola Asuh (n/%)	
Otoriter	129/84.9
Permisif memanjakan	8/5.2
Permisif acuh tak acuh	15/9.9
Citra Tubuh (n/%)	
Positif	134/88.2
Negatif	18/11.8

Berdasarkan distribusi frekuensi karakterisitik responden pada Tabel 1. menjelaskan mayoritas responden berusia 13 tahun dengan proporsi sebesar 55.9%. Sebagian besar anak mempunyai jenis kelamin perempuan (62.5%) dan merupakan anak pertama dalam keluarganya dengan persentase 42.1%. Selain itu, responden yang memiliki dua saudara mendominasi sampel sebesar 36.8%, Sebagian besar ayah responden bekerja sebagai karyawan swasta, yaitu sebanyak 56.6%. Sedangkan pekerjaan ibu didominasi oleh Ibu Rumah Tangga (IRT) dengan proporsi 49.3%. Mayoritas responden tinggal bersama orang tua mereka (62.5%). Hampir semua responden merupakan anak kandung (99.3%), dan sebagian besar orang tua masih tidak bercerai (75.7%). Mayoritas variabel riwayat kehilangan adalah tidak pernah kehilangan (46.7%) disertai dengan variabel penyebab rasa sedih yaitu disebabkan oleh kerabat atau saudara meninggal (46.7%).

Seluruh responden (100%) melaporkan mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya yang buruk. Pola asuh yang dominan diterima oleh responden adalah pola asuh otoriter dengan persentase 84.9%. Mayoritas responden memiliki citra tubuh positif sebesar 88.2%.

Fitri Wahyuni*, Yuni Astuti, Wahyuni Agustina

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IV/Diponegoro
Korespondensi penulis: Fitri Wahyuni. *E-mail: fitri@stikeskesdam4dip.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i9.1822

Tabel 2. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kecenderungan Depresi pada Anak Remaja (N=152)

Variabel	χ^2 (Pearson)	df	p (Asymp. Sig.)
Usia	66.255	63	0.365
Jenis Kelamin	19.475	21	0.555
Anak Ke	47.079	63	0.933
Jumlah Saudara	103.532	84	0.003
Pekerjaan Ayah	53.489	63	0.798
Pekerjaan Ibu	72.158	63	0.201
Tinggal Bersama	52.385	42	0.131
Status Anak (Kandung/Adopsi)	12.903	21	0.912
Status Pernikahan Orang Tua	34.541	42	0.006
Penyebab Rasa Sedih	43.938	42	0.009
Dukungan Teman Sebaya	52.208	21	0.000
Pola Asuh	42.057	42	0.009
Citra Tubuh	24.316	21	0.008

Berdasarkan hasil uji Chi-Square pada Tabel 2. ditemukan bahwa sebagian besar karakteristik responden tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kecenderungan depresi ($p > 0.05$). Variabel usia ($p = 0.365$), jenis kelamin ($p = 0.555$), urutan anak ($p = 0.933$), pekerjaan ayah ($p = 0.798$), pekerjaan ibu ($p = 0.201$), serta status tinggal bersama ($p = 0.131$), tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik terhadap tingkat kecenderungan depresi pada remaja. Demikian pula, status anak (kandung atau adopsi) juga tidak berhubungan secara signifikan ($p = 0.912$).

Namun, terdapat beberapa variabel yang menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap kecenderungan depresi ($p < 0.05$). Variabel jumlah saudara memiliki hubungan yang signifikan ($p = 0.003$), menunjukkan bahwa jumlah anggota keluarga dapat memengaruhi kondisi psikologis remaja. Selain itu, status pernikahan orang tua ($p = 0.006$), penyebab rasa sedih ($p = 0.009$), pola asuh orang tua ($p = 0.009$), dan citra tubuh ($p = 0.008$) juga menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kecenderungan depresi. Variabel yang paling kuat hubungannya adalah dukungan teman sebaya, dengan nilai p sebesar 0.000, yang menunjukkan hubungan yang sangat signifikan. Temuan ini menekankan pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya dalam menjaga kesehatan mental remaja.

Secara keseluruhan, hasil ini mengindikasikan bahwa faktor-faktor interpersonal dan keluarga, seperti dukungan sosial, pola asuh, serta kondisi keluarga, lebih berperan terhadap kecenderungan depresi remaja dibandingkan dengan faktor demografis seperti usia dan jenis kelamin. Oleh karena itu, intervensi psikososial yang melibatkan keluarga dan teman sebaya sangat penting untuk mencegah dan mengurangi gejala depresi pada remaja.

Fitri Wahyuni*, Yuni Astuti, Wahyuni Agustina

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IV/Diponegoro
Korespondensi penulis: Fitri Wahyuni. *E-mail: fitri@stikeskesdam4dip.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i9.1822

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Linier (N=152)

Variabel	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
(Konstanta)	3.462	9.436	-	0.367	0.714
Usia	0.837	0.574	0.120	1.457	0.147
Jenis Kelamin	-0.005	0.822	-0.001	-0.006	0.995
Anak Ke	-0.467	0.515	-0.094	-0.906	0.367
Jumlah Saudara	0.175	0.397	0.043	0.441	0.660
Pekerjaan Ayah	0.143	0.455	0.026	0.314	0.754
Pekerjaan Ibu	-0.298	0.384	-0.063	-0.775	0.440
Tinggal Bersama	0.952	0.707	0.120	1.346	0.181
Status Anak	-0.491	5.202	-0.008	-0.094	0.925
Status Pernikahan	0.285	0.912	0.027	0.313	0.755
Penyebab Rasa Sedih	1.016	0.420	0.207	2.421	0.017
Dukungan Teman Sebaya	2.262	1.153	0.159	1.962	0.052
Pola Asuh	1.088	0.619	0.144	1.758	0.081
Citra Tubuh	0.650	1.179	0.045	0.551	0.582

Hasil analisis regresi linier berganda pada Tabel 3. menunjukkan bahwa secara simultan ke-14 variabel independen yang diuji memiliki kontribusi terhadap variabel dependen, yaitu kecenderungan depresi, dengan nilai R square sebesar 0.128. Ini berarti bahwa 12.8% variasi dalam kecenderungan depresi dapat dijelaskan oleh variabel-variabel seperti usia, jenis kelamin, anak ke-, jumlah saudara, pekerjaan orang tua, tinggal bersama siapa, status anak, status pernikahan, penyebab rasa sedih, dukungan teman sebaya, pola asuh, dan citra tubuh., variabel penyebab rasa sedih menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan depresi ($\beta = 1.016$; $p = 0.017$). Selain itu, variabel dukungan teman sebaya ($p = 0.052$) dan pola asuh ($p = 0.081$) memiliki nilai signifikansi mendekati 0.05, sehingga dapat dipertimbangkan sebagai faktor yang berpotensi berpengaruh. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa penyebab rasa sedih merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap kecenderungan depresi pada remaja dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan data bahwa responden paling banyak adalah perempuan (62.5%) artinya perempuuan lebih beresiko mengalami kecenderungan depresi dibandingkan laki-laki. Faktor psikologis seperti modal psikologis lebih protektif pada laki-laki dibanding perempuan, sehingga menjelaskan mengapa remaja perempuan cenderung lebih rentan mengalami depresi (Scardera, Perret, Ouellet-Morin, Gariépy, Juster, Boivin, Turecki, Tremblay, Côté, & Geoffroy, 2020). Identitas gender non-biner atau transgender meningkatkan risiko depresi, khususnya apabila self-efficacy rendah dan dukungan keluarga tidak memadai (Adedeji, Otto, Kaman, Reiss, Devine, & Ravens-Sieberer, 2022). Aspek sosial dan lingkungan berinteraksi dengan faktor gender dalam memengaruhi kesehatan mental remaja. Lebih jauh, analisis perbedaan gender dalam prevalensi depresi merupakan fenomena universal, bukan hanya terbatas pada wilayah atau budaya tertentu (Oppenheimer & Hankin, 2018).

Dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan yang signifikan dengan terjadinya kecenderungan depresi pada anak remaja. Berbagai penelitian mengindikasikan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya berfungsi sebagai faktor pelindung terhadap timbulnya gejala depresi pada remaja. Remaja dengan persepsi dukungan sosial yang tinggi cenderung mengalami penurunan ejala depresi, kecemasan, serta ide bunuh diri ketika memasuki masa dewasa muda (Scardera et al., 2020). Kualitas interaksi dengan teman sebaya, seperti rasa diterima dan dapat diandalkan, berkaitan erat dengan rendahnya tingkat depresi, khususnya pada remaja perempuan (Adedeji et al., 2022). Aspek kualitas dukungan teman lebih berperan dalam mereduksi gejala depresi dibandingkan sekadar jumlah teman yang dimiliki, baik pada masa remaja maupun saat dewasa (Gestzta, 2006). Secara keseluruhan, ketiga studi ini menegaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya

Fitri Wahyuni*, Yuni Astuti, Wahyuni Agustina

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IV/Diponegoro
Korespondensi penulis: Fitri Wahyuni. *E-mail: fitri@stikeskesdam4dip.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i9.1822

merupakan faktor krusial dalam menekan risiko depresi pada remaja, sehingga program pencegahan sebaiknya difokuskan pada penguatan relasi pertemanan yang sehat dan suportif (Letkiewicz, Li, Hoffman, & Shankman, 2023).

Pola asuh menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan kecenderungan depresi pada remaja. Sejumlah penelitian terkini menunjukkan bahwa pola asuh merupakan faktor penting yang berhubungan dengan kecenderungan depresi pada remaja. Pola asuh keras atau otoriter meningkatkan risiko depresi melalui mekanisme psikologis berupa ruminasi dan faktor sosial seperti perundungan sebaya (Li, Wang, Ma, Sun, Gong, & Gao, 2023). Pola asuh suportif dan otoritatif berhubungan dengan rendahnya gejala depresi dan kecemasan, sedangkan pola asuh permisif maupun otoriter justru meningkatkan kerentanan; resiliensi berperan sebagai faktor protektif yang memoderasi hubungan tersebut (Qiu, Guo, Wang, & Zhang, 2022). Temuan Wang et al. (2021) memperkuat bukti ini dengan menunjukkan bahwa pola asuh kurang hangat dan cenderung otoriter, khususnya pada orang tua dengan depresi, berkorelasi dengan meningkatnya gejala depresi dan kecemasan pada anak (Otterpohl & Wild, 2015). Secara keseluruhan, literatur tersebut menegaskan bahwa kualitas pola asuh, baik dalam bentuk dukungan emosional maupun gaya pengasuhan sehari-hari, memiliki peran krusial dalam menentukan tingkat kerentanan remaja terhadap depresi (Wang, Shi, Wang, Zhang, Wang, Sun, Wang, Sun, & Cao, 2021).

Kecenderungan depresi pada remaja juga berhubungan dengan *body image* atau citra tubuh. Sejumlah studi terbaru menegaskan adanya hubungan yang kuat antara citra tubuh dan kecenderungan depresi pada remaja. Hampir sepuluh ribu siswa, yang menemukan bahwa remaja dengan persepsi tubuh "terlalu gemuk" atau "terlalu kurus" memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan dengan mereka yang merasa tubuhnya proporsional (Thorup, Zulfikari, Sørensen, & Biering, 2024). Remaja dengan ketidakpuasan citra tubuh tercatat hampir empat kali lebih rentan mengalami gejala depresi. Secara keseluruhan, bukti tersebut menegaskan bahwa persepsi negatif terhadap tubuh merupakan faktor penting yang dapat meningkatkan kerentanan depresi pada masa remaja (Filho, Batista, Cardoso, Simões, Santos, Coelho, & Silva, 2020).

Faktor kesedihan karena kehilangan menjadi faktor yang paling berhubungan erat dengan kecenderungan depresi pada penelitian ini. Kesedihan akibat kehilangan pada masa remaja menjadi salah satu faktor yang paling kuat berhubungan dengan munculnya gejala depresi. Remaja yang mengalami duka sering mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi, kehilangan sumber dukungan, serta menghadapi perubahan dalam pembentukan identitas diri, sehingga lebih rentan terhadap gangguan suasana hati. Remaja yang berduka, khususnya pada masa pandemi, memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan kelompok sebaya lainnya (Weinstock, Dunda, Harrington, & Nelson, 2021). Keterbatasan dukungan sosial dapat memperburuk reaksi kesedihan dan berkontribusi pada timbulnya gejala depresi (Ross, Krysinska, Rickwood, Pirkis, & Andriessen, 2021). Kehilangan orang tua pada masa remaja merupakan peristiwa traumatis yang berpotensi besar meningkatkan risiko depresi, terutama bila tidak disertai intervensi psikososial yang tepat (Guzzo & Gobbi, 2023).

SIMPULAN

Diperoleh faktor-faktor yang menyebabkan kecenderungan depresi adalah jumlah saudara, jumlah anggota keluarga, penyebab rasa sedih, pola asuh orangtua, dan citra tubuh menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kecenderungan depresi. Faktor yang paling kuat yang menyebabkan kecenderungan depresi adalah dukungan sosial dari teman sebaya (p=0.000).

SARAN

Diperlukan upaya kolaboratif untuk melakukan *school intervention* dengan melibatkan sekolah dan orangtua dalam mengatasi atau mencegah terjadinya depresi remaja di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Adedeji, A., Otto, C., Kaman, A, Reiss, F., Devine, J., & Ravens-Sieberer, U. (2022). Peer relationships and depressive symptoms among adolescents: Results from the German BELLA study. *Frontiers in Psychology, 12*.

Filho, L. C. S., Batista, R. F. L., Cardoso, V. C., Simões, V. M. F., Santos, A. M., Coelho, S. J. D. D. A. C., & Silva, A. A. M. (2020). Body image dissatisfaction and symptoms of depression disorder in adolescents. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research, 54*(1), 1–7.

Fitri Wahyuni*, Yuni Astuti, Wahyuni Agustina

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IV/Diponegoro
Korespondensi penulis: Fitri Wahyuni. *E-mail: fitri@stikeskesdam4dip.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i9.1822

Gestzta, E. (2006). Family environment risk factors of depression in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, *35*(2), 187–198.

Goodwin, J., & Zaman, U. (2023). Editorial: Mental health stigma and UN Sustainable Development Goals. *Frontiers in Psychiatry, 21*(1).

Guzzo, M. F., & Gobbi, G. (2023). Parental death during adolescence: A review of the literature. *Omega: Journal of Death and Dying, 87*(4), 1207–1237.

Isumi, A., Doi, S., Yamaoka, Y., Takahashi, K., & Fujiwara, T. (2020). Do suicide rates in children and adolescents change during school closure in Japan? The acute effect of the first wave of COVID-19 pandemic on child and adolescent mental health. *Child Abuse & Neglect, 110*(2), 104680.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Fact sheet kesehatan jiwa remaja tahun 2023*. Diakses dari: https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/

Krygsman, A., & Vaillancourt, T. (2016). Longitudinal associations between depression symptoms and peer experiences: Evidence of symptoms-driven pathways. *Journal of Applied Developmental Psychology, 51*, 20–34.

Lemeshow, S., Hosmer, D. W., Klar, J., & Lwanga, S. K. (1991). *Adequacy of sample size in health studies*. Amerika Serikat: Wiley.

Letkiewicz, A. M., Li, L. Y., Hoffman, L. M. K., & Shankman, S. A. (2023). A prospective study of the relative contribution of adolescent peer support quantity and quality to depressive symptoms. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 64*(9), 1314–1323.

Li, M., Wang, J., Ma, P., Sun, W., Gong, H., & Gao, Y. (2023). The relationship between harsh parenting and adolescent depression. *Scientific Reports, 13*(1), 1–9.

Liu, Z., & Kuai, M. (2025). The global burden of depression in adolescents and young adults, 1990–2021: Systematic analysis of the global burden of disease study. *BMC Psychiatry, 25*(1), 767.

Oppenheimer, C. W., & Hankin, B. L. (2018). Effect of parenting and peer stressors on cognitive vulnerability and risk for depression among youth. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *59* (8), 865–873.

Otterpohl, N., & Wild, E. (2015). Cross-Lagged Relations Among Parenting, Children's Emotion Regulation, and Psychosocial Adjustment in Early Adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, *44*(1), 93–108.

Qiu, Z., Guo, Y., Wang, J., & Zhang, H. (2022). Associations of parenting style and resilience with depression and anxiety symptoms in Chinese middle school students. *Frontiers in Psychology, 13*, 1–9.

Ross, A. M., Krysinska, K., Rickwood, D., Pirkis, J., & Andriessen, K. (2021). How best to provide help to bereaved adolescents: A Delphi consensus study. *BMC Psychiatry, 21*(1), 1–10.

Scardera, S., Perret, L. C., Ouellet-Morin, I., Gariépy, G., Juster, R. P., Boivin, M., Turecki, G., Tremblay, R. E., Côté, S., & Geoffroy, M. C. (2020). Association of Social Support During Adolescence With Depression, Anxiety, and Suicidal Ideation in Young Adults. *JAMA network open*, *3*(12), e2027491.

Thorup, L., Zulfikari, M., Sørensen, C. L. B., & Biering, K. (2024). Body image and depressive symptoms in Danish adolescents: A cross-sectional national study. *Journal of Affective Disorders, 365*, 65–72.

Wang, Y., Shi, H., Wang, Y., Zhang, X., Wang, J., Sun, Y., Wang, J., Sun, J., & Cao, F. (2021). The association of different parenting styles among depressed parents and their offspring's depression and anxiety: A cross-sectional study. *BMC Psychiatry, 21*(1), 1–10.

Weinstock, L., Dunda, D., Harrington, H., & Nelson, H. (2021). It's complicated—Adolescent grief in the time of COVID-19. *Frontiers in Psychiatry, 12*, 1–7.

Fitri Wahyuni*, Yuni Astuti, Wahyuni Agustina

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IV/Diponegoro
Korespondensi penulis: Fitri Wahyuni. *E-mail: fitri@stikeskesdam4dip.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i9.1822