



Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Tingkat Depresi Pada Remaja Di Islamic Centre Kota Tangerang

Nabila Mutiara Fasha^{1*}, Siti Rochmani², Ida Faridah³

¹ Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Universitas Yatsi Madani

² Dosen Universitas Yatsi Madani, ³ Dosen Universitas Yatsi Madani

*nabilamutiara@gmail.com, siti_rch@yahoo.co.id

Abstrak

Dalam era yang dipenuhi dengan tekanan sosial, kesejahteraan mental remaja menjadi semakin penting untuk dipahami dan ditangani dengan serius. Dukungan sosial yang diterima oleh remaja dianggap sebagai faktor kunci dalam memengaruhi tingkat depresi yang mereka alami. Kurangnya dukungan sosial dapat membuat remaja merasa terisolasi dan rentan terhadap depresi. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat depresi pada remaja di SMP Islamic Centre Kota Tangerang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Pemilihan sampel menggunakan Stratified Random Sampling dengan jumlah responden sebanyak 188 orang. Data dikumpulkan melalui kuesioner Student Social Support Scale (SSSS) untuk mengukur dukungan sosial dan Beck Depression Inventory-II (BDI-II) untuk mengukur tingkat depresi remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 101 remaja (53,7%) memiliki dukungan sosial berkategori sedang, 76 remaja (40,4%) memiliki dukungan sosial tinggi, dan terdapat 11 remaja (5,9%) yang memiliki dukungan sosial rendah. Sedangkan untuk tingkat depresi, menunjukkan bahwa sebanyak 109 remaja (58%) tidak mengalami depresi, 32 remaja (17,0%) mengalami depresi ringan, 29 remaja (15,4%) mengalami depresi sedang, dan 18 remaja (9,6%) mengalami depresi berat. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value = 0,000. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat depresi pada remaja di SMP Islamic Centre Kota Tangerang dengan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$).

Kata Kunci : Dukungan Sosial, Tingkat Depresi

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode perubahan atau perkembangan yang berada di antara masa kanak-kanak dan dewasa yang biasanya terjadi antara usia 10 hingga 19 tahun menurut World Health Organization (WHO, 2015). Definisi usia remaja bervariasi, dengan pendapat Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, yang mengatur rentang usia remaja dari adalah 10 sampai 18 tahun, sementara Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menyatakan rentang usia remaja adalah 10 sampai 24 tahun dan belum menikah (Soumokil-mailoa et al., 2022). Erikson (1998) dalam teorinya mengenai perkembangan remaja menyatakan bahwa masa remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu masa remaja awal, masa remaja pertengahan dan masa remaja akhir. Tahap perkembangan awal untuk perempuan biasanya di antara usia 13-15 tahun dan 15-17 tahun pada laki-laki, sedangkan untuk remaja perempuan pertengahan yaitu 15-18 tahun dan 17-19 tahun untuk laki-laki (Desi et al., 2020).

Menurut Kusmiran (2011) pada masa perkembangan, remaja memiliki kesempatan untuk mengembangkan bakat, keterampilannya serta mengekspresikannya kepada orang lain sebagai upaya untuk membedakan diri dari yang lain. Secara psikologis, remaja juga menandai integrasi individu ke dalam masyarakat dewasa, di mana mereka mulai merasa setara atau sejajar dengan orang dewasa, tidak lagi merasa rendah diri dihadapan mereka (Subekti et al., 2020).

Adapun tantangan perkembangan remaja yaitu mengendalikan sikap dan perilaku agar menjadi lebih tenang, empati, dan memiliki kontrol diri yang baik. Sering kali, remaja sering dikaitkan dengan gambaran atau pandangan yang negatif seperti perilaku menyimpang. Sebenarnya, banyak teori pertumbuhan dan perkembangan manusia menjelaskan bahwa selama masa perubahan atau perkembangan dari masa kanak-kanak ke dewasa, remaja mengembangkan rasa penasaran atau ketertarikan dan bereksperimen terhadap banyak hal. Di samping itu, sikap dan ego yang tinggi dapat dengan mudah mendorong remaja untuk berperilaku menyimpang dari nilai-nilai masyarakat. Akibatnya, banyak remaja yang mengalami keadaan emosi yang tidak stabil, lebih rentan terhadap stres, bahkan mungkin mengalami depresi (Desi et al., 2020).

Remaja yang terkena tekanan secara terus-menerus dapat menimbulkan stress dan berujung pada depresi. Remaja yang menderita depresi mengalami gejala yang berlangsung kurang lebih dua minggu dan mengalami gangguan yang signifikan pada kemampuannya dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Remaja menjadi kurang bergantung pada keluarga selama

masa perkembangan, sehingga menjadi lebih rentan terhadap faktor risiko depresi yang disebabkan oleh tekanan dari lingkungan.

Menurut data yang dilaporkan WHO (2017) bahwa Indonesia menempati urutan kelima dengan angka kejadian depresi sebanyak 3,7% (Endriyani et al., 2022). Pada tahun 2010, ditemukan 10 juta orang di Amerika Serikat menderita depresi, 20% di antaranya adalah remaja (Bintang & Mandagi, 2021). Selain itu, WHO menyatakan bahwa 1,1% remaja berusia 10- 14 tahun dan 2,8% remaja berusia 15-19 tahun mengalami depresi. (Putri et al., 2022). Menurut catatan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi orang yang menderita depresi adalah 6,1% yaitu sekitar 12 juta jiwa pada tahun 2018. Di wilayah Jakarta, dengan jumlah penduduk sekitar 10 juta jiwa, jumlah penderita depresi diperkirakan berjumlah sekitar 500 hingga 600 ribu remaja. Sedangkan di provinsi Banten, jumlah penderita depresi berjumlah 8,7% menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) pada tahun 2018. Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) dalam survei tahun 2022 menemukan bahwa sebanyak 1% remaja memiliki gangguan depresi (Bintang & Mandagi, 2021).

Salah satu komponen yang telah dikenal mempengaruhi kesejahteraan mental remaja adalah dukungan sosial. Dukungan sosial adalah sumber daya yang dapat diberikan oleh teman sebaya, keluarga, guru dan lingkungan sosial lainnya kepada seseorang untuk membantu mereka menghadapi stress dan tantangan dalam hidup mereka (Kawachi & Berkman, 2001). Depresi seringkali dikaitkan dengan dukungan sosial untuk mengatasi stressor. Dukungan sosial mengacu pada hubungan interpersonal yang membantu seseorang menghindari efek negatif stress. Menerima dukungan sosial dapat membantu individu merasa tenang, diperhatikan dan dicintai, serta mengembangkan rasa percaya diri dan kompeten (Assagaf & Sovitriana, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMP Islamic Centre Kota Tangerang pada bulan Juni 2024, melalui hasil wawancara dengan wakil kepala sekolah, guru BK dan siswa, didapatkan bahwa pihak sekolah telah beberapa kali melakukan pemeriksaan atau razia *self-harm*. *Self-harm* merupakan perilaku dimana seseorang menyakiti dirinya sendiri dan dapat diketahui dari luka-luka pada tubuh seseorang. Pihak sekolah menemukan tidak sedikit siswa yang terbukti melakukan *self-harm* pada dirinya sendiri. Adapun alasan mengapa para siswa tersebut melakukan *self-harm* yaitu karena permasalahan dengan keluarga atau mengalami broken-home, permasalahan dengan teman ataupun bullying dan juga tekanan untuk mendapatkan nilai yang bagus. Dapat diketahui bahwa *self-harm* merupakan salah satu tanda dari ciri depresi yaitu gejala psikis dimana individu mencoba menyakiti dirinya sendiri dalam upaya ingin melakukan tindakan bunuh diri. Pentingnya dukungan sosial menjadi krusial dalam membantu mengatasi masalah psikologis seperti depresi di kalangan remaja.

METODE

Metode penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan pendekatan memakai desain *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di SMP Islamic Centre Kota Tangerang pada bulan Maret-Juli tahun 2024. Populasi penelitian ini adalah siswa SMP Islamic Centre Kota Tangerang yang berjumlah 357 siswa. Dalam penelitian ini, metode pengambilan sampel yang dipakai adalah *stratified random sampling* yang menghasilkan sampel yaitu sebanyak 188 siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial pada Remaja di SMP Islamic Centre Kota Tangerang

Dukungan Sosial	Frekuensi	Persentase
Rendah	11	5,9%
Sedang	101	53,7%
Tinggi	76	40,4%
Total	188	100%

Berdasarkan hasil penelitian di SMP Islamic Centre Kota Tangerang, dapat diketahui bahwa mayoritas remaja memiliki dukungan sosial dalam kategori sedang yaitu sebanyak 101 remaja (53,7%). Sementara itu, sebanyak 76 remaja (40,4%) memiliki dukungan sosial tinggi, dan terdapat 11 remaja (5,9%) yang memiliki dukungan sosial rendah. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahputra et al. (2020) pada 60 responden yang menghasilkan bahwa mayoritas responden menerima dukungan sosial sedang yaitu sebanyak 33 orang (55,5%).

Menurut Rd. Muhamad (2023), dukungan sosial merupakan suatu persepsi masing-masing orang mengenai perilaku dukungan secara umum atau khusus dari orang lain di sekitar mereka. Dukungan sosial dari orang-orang di sekitar, baik dalam bentuk perhatian, dorongan, atau bantuan moral dan materi, memiliki peran penting dalam

membantu individu menghadapi tantangan hidup yang berat. Dengan adanya dukungan sosial, masalah yang dihadapi seseorang akan terasa lebih dapat ditangani dan lebih ringan (Hasanah et al., 2018).

Menurut Fatimah (2023), dukungan sosial juga dapat diartikan sebagai tingkat kepuasan individu terhadap dukungan yang mereka terima, yang berkaitan dengan persepsi bahwa kebutuhan mereka akan dipenuhi. Dukungan sosial yang dirasakan mengacu pada fungsi bantuan yang diberikan kepada individu oleh orang-orang yang signifikan dalam hidup mereka, seperti orangtua, keluarga, teman, guru, kerabat, dan tetangga. Dengan adanya dukungan sosial ini, individu merasa lebih didukung secara emosional dan praktis dalam mengatasi berbagai tantangan dan kesulitan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari.

Teori House (1983) mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan suatu interaksi seseorang dengan orang lain yang mencakup perhatian emosional, bantuan instrumental, pemberian informasi, dan juga pemberian penghargaan (Fadilla & Rozana, 2020). Dukungan sosial bisa didapatkan dari orang-orang terdekat disekitar seperti keluarga, teman, guru, pasangan, dan lainnya. Penting bagi individu untuk memiliki sumber yang siap dalam memberikan dukungannya (Latifah, 2022).

Hasil penelitian di SMP Islamic Centre Kota Tangerang menunjukkan bahwa mayoritas remaja menerima dukungan sosial sedang. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya interaksi positif dengan lingkungan sosial untuk membantu remaja menghadapi kesulitan kehidupan. Landasan yang kuat untuk pertumbuhan psikososial mereka berasal dari dukungan sosial yang diterima dari teman, keluarga, dan komunitas mereka. Penting bagi sekolah dan komunitas untuk terus berupaya meningkatkan kualitas dan kuantitas dukungan sosial, meskipun sebagian besar remaja merasakannya. Studi seperti Syahputra et al. (2020) dan penjelasan teoritis Rd. Muhamad (2023) menunjukkan bahwa dukungan sosial membantu orang menjadi lebih percaya diri dan mandiri, serta mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, membangun jaringan sosial yang kuat di sekitar remaja membantu mereka menghadapi tekanan akademik dan sosial. Hal ini juga bertujuan mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan yang lebih besar di masa depan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi pada Remaja di SMP Islamic Centre Kota Tangerang

Tingkat Depresi	Frekuensi	Persentase
Tidak Depresi	109	58,0%
Ringan	32	17,0%
Sedang	29	15,4%
Berat	18	9,6%
Total	188	100%

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMP Islamic Centre Kota Tangerang, ditemukan bahwa mayoritas remaja tidak mengalami depresi yaitu sebanyak 109 remaja (58%). Namun, terdapat 32 remaja (17,0%) mengalami depresi ringan, 29 remaja (15,4%) mengalami depresi sedang, dan 18 remaja (9,6%) mengalami depresi berat. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Wijaya et al. (2023) pada 27 responden yang menghasilkan bahwa mayoritas responden tidak mengalami depresi yaitu sebanyak 16 orang (59,3%).

Depresi pada remaja dapat memiliki dampak yang signifikan terhadap perilaku mereka yang dapat memengaruhi interaksi dalam lingkungan sosial. Gejala depresi pada remaja, seperti kecemasan yang intens, kemarahan yang sulit dikendalikan, dan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial, membedakannya dari gejala yang dialami orang dewasa. Selain itu, perubahan dalam pola pikir dan tidur sering menjadi indikator depresi pada remaja.

Menurut American Psychological Association (APA) (dalam Pertiwi et al., 2021), depresi tidak hanya berarti merasa sedih belaka. Orang yang mengalami depresi sering kali mengalami penurunan minat terhadap aktivitas sehari-hari, perubahan berat badan yang signifikan, baik penurunan maupun kenaikan, kesulitan tidur atau tidur berlebihan, kekurangan energi yang berkepanjangan, kesulitan berkonsentrasi, serta merasa bersalah atau tidak berharga secara berlebihan.

Dalam menanggapi masalah depresi remaja, sangat penting untuk mengambil pendekatan holistik yang mempertimbangkan berbagai aspek dalam kehidupan remaja. Berbagai faktor, seperti lingkungan sosial, genetik, dan individu, dapat mempengaruhi depresi remaja, yang seringkali kompleks. Oleh karena itu, metode pencegahan dan intervensi yang efektif harus mempertimbangkan semua elemen ini dengan hati-hati.

Penting untuk memahami faktor risiko yang dapat mempengaruhi kemungkinan depresi pada remaja. Faktor-faktor ini dapat mencakup tekanan akademik yang tinggi, masalah interpersonal di sekolah atau keluarga, dan ketidakmampuan untuk mengelola emosi dan stres sehari-hari. Dengan memahami faktor-faktor ini, kita dapat lebih baik memperkirakan risiko individu dan mengarahkan upaya pencegahan yang sesuai.

Selain itu, sangat penting untuk segera mengobati gejala depresi. Perasaan sedih yang tidak berhenti, kehilangan minat dalam aktivitas yang biasa dinikmati, perubahan dalam pola tidur dan makan, hingga pikiran atau percobaan bunuh diri adalah beberapa gejala depresi pada remaja. Kita dapat meningkatkan kesadaran dan mendorong orang untuk mendapatkan bantuan segera dengan menyebarkan awareness mengenai gejala-gejala ini. Disamping itu,

membangun dukungan sosial yang kuat bagi remaja yang mengalami depresi sangat penting. Keluarga, teman sebaya, dan komunitas dapat memberi remaja kekuatan emosional dan fisik yang mereka butuhkan untuk menghadapi tantangan ini. Remaja dapat merasa didukung dan tidak sendirian saat menghadapi kesulitan mereka dengan inisiatif yang mendukung keterlibatan aktif orang tua dan lingkungan sosial.

2. Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Depresi pada Remaja di SMP Islamic Centre Kota Tangerang

Dukungan sosial	Tingkat Depresi								Total	P-Value	
	Tidak Depresi		Ringan		Sedang		Berat				
	f	%	f	%	f	%	f	%			
Rendah	0	0,0%	1	0,5%	5	2,7%	5	2,7%	11	5,9%	0,000
Sedang	53	28,2%	20	10,6%	17	9,0%	11	5,9%	101	53,7%	
Tinggi	56	29,8%	11	5,9%	7	3,7%	2	1,1%	76	40,4%	
Total	109	58,0%	32	17,0%	29	15,4%	18	9,6%	188	100%	

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji chi-square dengan $\alpha = 0,05$, diperoleh hasil $p < \alpha$ yaitu $0,000 < 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa H_0 diterima, yang artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada remaja di SMP Islamic Centre Kota Tangerang.

Penelitian ini mendukung temuan Bintang & Mandagi (2021) bahwa ada hubungan antara faktor dukungan sosial dengan kejadian depresi di SMA XY Kabupaten Jember dengan nilai p-value 0,006. Selain itu, penelitian Sary (2021) juga menemukan adanya hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan terjadinya depresi di Pondok Pesantren Hafshawaty Probolinggo dengan nilai p-value 0,001. Menurut Bintang & Mandagi (2021), rendahnya dukungan sosial dapat dihubungkan pada tingginya tingkat depresi dan begitupun kebalikannya.

Dukungan sosial dapat menjadi faktor penjaga atau penahan depresi. Dukungan sosial yang tinggi dapat membuat individu merasa lebih dihargai, dicintai ataupun dipedulikan sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya depresi. Dukungan sosial yang berasal dari lingkungan sekitar seperti bentuk perhatian, dukungan material ataupun moral sangat penting untuk mengatasi masalah-masalah yang terjadi pada individu (Hasanah et al., 2018). Dukungan sosial merupakan bentuk pengakuan kepada orang sekitar bahwa dirinya bernilai yang dapat membuat berbagai kesulitan, masalah ataupun kesedihan yang dialami oleh individu dapat diredam saat individu tersebut memiliki dukungan yang dapat mengurangi beban yang dialaminya sehingga depresi pun bisa dihindari (Putriana & Gunatirin, 2021).

Penelitian lain yang mendukung hasil ini adalah penelitian Wardani & Afifah (2022) yang menemukan adanya hubungan antara dukungan sosial dan depresi pada remaja SMA dengan nilai p-value 0,000. Salah satu faktor penyebab depresi menurut teori Bemnowska dan Josko-Ochojska yaitu adanya faktor sosial dan gaya hidup yang mencakup permasalahan pada kehidupan seseorang contohnya permasalahan dengan keluarga ataupun lingkungan sekitar seperti lingkungan sekolah dimana terdapat persaingan sesama siswa dan juga tekanan yang tinggi dari guru maupun orangtua yang dapat berkontribusi akan terjadinya depresi pada remaja (Sasfiranti, 2021).

Menurut teori Dirgayunita (dalam Sonia, 2022), dukungan sosial juga merupakan salah satu cara penanganan depresi, yang mana dukungan ini bisa didapatkan dari keluarga, teman ataupun orang lain. Dukungan sosial dapat membantu individu dalam mengurangi rasa kesepian yang sering menyertai depresi. Maka dari itu, dukungan sosial tidak hanya dapat mengurangi risiko terjadinya depresi, tetapi juga dapat menangani individu yang mengalami depresi.

Penelitian ini menekankan betapa pentingnya dukungan sosial sebagai strategi untuk menangani masalah kesehatan mental remaja. Meningkatkan jaringan dukungan sosial di berbagai tingkat, termasuk individu, keluarga, sekolah, dan masyarakat luas, dapat sangat meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja secara keseluruhan. Penelitian ini juga menunjukkan betapa pentingnya faktor sosial dalam menanggapi depresi dan masalah kesehatan mental lainnya. Lingkungan sekitar dapat memberikan dukungan sosial, yang tidak hanya membantu orang menghadapi stres dan tekanan hidup mereka, tetapi juga dapat memainkan peran penting dalam proses pemulihan dari depresi. Jika ada dukungan yang memadai, orang cenderung lebih cenderung mencari bantuan dan metode yang paling sesuai untuk mengatasi masalah kesehatan mentalnya.

Selain itu, penelitian ini juga menekankan bahwa dukungan sosial dapat berfungsi sebagai "buffer" atau penyangga terhadap efek negatif dari tekanan sosial dan lingkungan yang mungkin dialami oleh remaja. Lingkungan yang kuat dengan dukungan sosial dapat membuat individu merasa lebih aman dan terlindungi dari keadaan yang dapat menyebabkan depresi. Hasil penelitian ini dalam pendidikan memberikan landasan yang kuat untuk menerapkan program pendidikan yang memprioritaskan pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. Pelajaran tentang pentingnya dukungan sosial dapat dimasukkan ke dalam kurikulum sekolah untuk mendorong pemikiran yang lebih positif dan mengurangi stigma yang terkait dengan masalah kesehatan mental.

Berdasarkan analisis yang dilakukan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memainkan peran yang penting dalam mengurangi tingkat depresi yang dialami remaja. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa orang dengan dukungan sosial yang tinggi memiliki risiko depresi yang lebih rendah. Tetapi dari hasil penelitian ini tidak menutup kemungkinan bahwa orang dengan dukungan sosial tinggi juga dapat mengalami depresi tingkat sedang maupun berat. Hal ini dapat dikaitkan dengan faktor depresi yang berbeda dengan peran dukungan sosial, seperti faktor genetik, jenis kelamin, sosial budaya dan lainnya. Meskipun demikian, penting untuk diakui bahwa dukungan sosial tetap berperan penting dalam kesejahteraan mental remaja. Meskipun individu dengan dukungan sosial yang kuat tidak sepenuhnya terhindar dari risiko depresi, adanya dukungan sosial yang positif dapat mempengaruhi cara individu mengatasi dan merespons stres serta tantangan kehidupan sehari-hari, yang pada gilirannya dapat mengurangi risiko dan dampak depresi pada remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat depresi di SMP Islamic Centre Kota Tangerang, maka dapat diambil kesimpulan Mayoritas remaja di SMP Islamic Centre Kota Tangerang memiliki dukungan sosial dengan kategori sedang yaitu sebanyak 101 remaja (53,7%) dan mayoritas remaja di SMP Islamic Centre Kota Tangerang tidak mengalami depresi yaitu sebanyak 109 remaja (58,0%). dan terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat depresi pada remaja di SMP Islamic Centre Kota Tangerang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Aziz, A. A. (2020). *Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa*. 2, 92–107.
- Arianti, R. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Kejadian Depresi pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yatim Putri 'aisyiyah Yogyakarta*. 1–17.
- Assaad, A. R. B. (2022). *Hubungan Tingkat Depresi dengan Kualitas Hidup Santri di Mas As'adiyah Putri Sengkang*.
- Assagaf, S. M., & Sovitriana, R. (2021). *Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Terhadap Depresi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha*. 40–46.
- Aulia, I. M. (2019). *Dukungan Sosial terhadap Interaksi Sosial Anak Terlantar di Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) Bambu Apus Jakarta Timur*.
- Bintang, A. Z., & Mandagi, A. M. (2021). *KEJADIAN DEPRESI PADA REMAJA MENURUT DUKUNGAN SOSIAL DI KABUPATEN JEMBER Depression Incidence in Adolescents According to Social Support in Jember Regency*. 2655, 92–101.
- Desi, Felita, A., & Kinasih, A. (2020). *Gejala Depresi pada Remaja di Sekolah Menengah Atas*. 8487(1), 30–38.
- Dirgayunita, A. (2020). *Depresi : Ciri , Penyebab dan Penangannya*. 1–14.
- Eduardo, J., & Bernard, R. (2021). *Depression : a review of its definition*. January 2018, 5–7. <https://doi.org/10.15406/mojamt.2018.05.00082>
- Elfany, S. (2019). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Pengambilan Keputusan Siswa MAN 3 Blitar Memilih Studi Lanjut*.
- Endriyani, S., Lestari, R. D., Lestari, E., & Napitu, I. C. (2022). *Gangguan Mental Emosional dan Depresi pada Remaja*. 4(2), 429–434.
- Fadilla, C., & Rozana, A. (2020). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Work-Family Conflict pada Polwan dengan Status Menikah*. 1983, 584–589.
- Fitria, Y., & Maulidia, R. (2018). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN DEPRESI PADA REMAJA DI SMPN KOTA MALANG (Relationship Between Social Support With Adolescent Depression in Junior High School at Malang)*. September.

- Gallagher, S., Haugh, C., Solano, A. C., Iglesia, G. de la, McMahan, J., Haugh, C., Solano, A. C., & De, G. (2022). Social support imbalance and depressive symptoms in young adolescents : the negative effect of giving but not receiving. *International Journal of Adolescence and Youth*, 27(1), 528–540. <https://doi.org/10.1080/02673843.2022.2151715>
- Gustriani, T. (2021). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Self Compassion pada Mahasiswa di Masa COVID-19*.
- Habsari, A. A. S. (2020). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesenangan Mahasiswa Semester Akhir di Kota Makassar*.
- Heryana, A. (2020). *Etika Penelitian*. July. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.13880.16649>
- Hikmandayani, Tri, R., Herdiani, Antari, I., Yuniarni, D., Amenike, D., Idrus, I., Fajriah, L., Marlina, Salim, N. A., Herik, E., Sulaiman, & Yanthi, D. (2023). *Psikologi Perkembangan Remaja*.
- Kamalia, S. (2023). *Depresi pada Generasi Milenial dalam Perspektif Al-Qur'an*.
- Kawachi, I., & Berkman, L. F. (2001). *Social Ties and Mental Health*. 78(3), 458–467.
- Kholili, I., & Hidayat, R. R. (2021). *Pengembangan Instrumen Asesmen Permasalahan Siswa SMP*. 5(1), 55–63. <https://doi.org/10.26539/terapeutik.51637>
- Latifah, A. U. (2022). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di UIN Walisongo Semarang*.
- Manafe, L. A., & Berhimon, I. (2022). *Hubungan Tingkat Depresi Lansia dengan Interaksi Sosial Lansia di BPSLUT Senja Cerah Manado*. 11(1), 749–758.
- Monazah, S. (2020). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Kota Medan*.
- Nasution, M. Z. (2021). *Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Post Partum di Puskesmas Siabu Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2021*.
- Pamungkas, B. A., & Kamalah, A. D. (2021). *Gambaran Tingkat Depresi Pada Remaja : Literature*. 1332–1341.
- Pande, N. L. P. I. P., Wulandari, N. P. D., & Wijaya, I. P. A. (2024). *Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Tingkat Kecemasan, Stres, dan Depresi Pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 2 Abiansemal*. 3, 1–11. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v3i1.48>
- Pangaribuan, J. C. (2020). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Thailand di Universitas Islam Riau*.
- Peñate, W., & Gonz, M. (2020). *The Predictive Role of Affectivity, Self-Esteem and Social Support in Depression and Anxiety in Children and Adolescents*.
- Pertiwi, S. T., Moeliono, M. F., & Kendhawati, L. (2021). *Depresi, Kecemasan, dan Stres Remaja selama Pandemi Covid-19*. 6(2), 72–77. <https://doi.org/10.36722/sh.v>
- Putri, F. S., Nazihah, Z., & Ariningrum, D. P. (2022). *Depresi Remaja di Indonesia : Penyebab dan Dampaknya Adolescent Depression in Indonesia : Causes and Effects*. 10(2), 99–108.
- Putriana, H., & Gunatirin, E. Y. (2021). *Pengaruh dukungan sosial dan regulasi emosi terhadap kecenderungan depresi di Surabaya*. 12(3), 862–867. <https://doi.org/10.15562/ism.v12i3.1192>
- Riziana, K. F. (2022). *Hubungan Tingkat Gejala Depresi dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja Sekolah Menengah Atas*.
- Safitri, R. (2023). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Kisaran*.
- Saputri, M. A. W., & Indrawati, E. S. (2020). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Depresi pada Lanjut Usia yang Tinggal di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah*. ayat 3.
- Sary, Y. N. E. (2021). *Pubertas dan Dukungan Sosial Terhadap Kejadian Depresi Pada Santriwati (11-13 Tahun) di Pondok Putri Hafshawaty Probolinggo*. 19(85), 446–452.
- Sasfiranti, Y. (2021). *Hubungan antara Kebermaknaan Hidup dengan Depresi pada Siswa SMA X dan MA Y di Kota Semarang* (Issue 30701700138).

- Setyawati, I., Fahiroh, S. A., & Poerwanto, A. (2022). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja di UPT PRSMP Surabaya*. 000, 1–9.
- Sonia, M. (2022). *Studi Literatur: Hubungan Pola Asuh Orangtua dengan Tingkat Depresi pada Remaja*.
- Soumokil-mailoa, E. O., Hermanto, Y. P., & Hindradjat, J. (2022). *Orang Tua Sebagai Supporting System: Penanganan Anak Remaja yang Mengalami Depresi*. 3(3), 244–267.
- Subekti, N. M., Prasetyanti, D. K., & Nikmah, A. N. (2020). *Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan dalam Menghadapi Pubertas pada Remaja*. 1(2).
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). *Perkembangan Remaja Awal, Menengah dan Implikasinya terhadap Pendidikan*. 8(3), 1917–1928.
- Tamansyah, G., Fatah, V. F., & Rukman. (2023). *Hubungan dukungan sosial teman dengan depresi pada lansia*. 3(2), 17–22. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v3i2.1781>
- Zahira, F. R. (2022). *Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Perilaku Prosocial pada Remaja Awal di SMP Ulul Ilmi Medan*.
- Zahro, A. F. (2022). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Kemampuan Adaptasi Siswa Madrasah Tsanawiyah Berlatar Belakang Pendidikan Umum*.