



Pola Komunikasi Orang Tua Dengan Remaja Depresi Di Surabaya

Shebrina Fathea Angelia¹

¹Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

Abstract

Received: 06 September 2024

Revised: 14 September 2024

Accepted: 22 September 2024

This study is a qualitative research aimed at analyzing the communication patterns between parents and adolescents experiencing depression using the theory proposed by Diana Baumrind. The data collection technique employed in this research involved in-depth interviews with 6 informants (3 family pairs), consisting of 3 parents and 3 adolescents.

The study revealed that the authoritarian communication pattern applied by parents can exert pressure on adolescents, causing them to feel unsafe in expressing their feelings. As a result, adolescents choose to internalize their emotions, and over time, this emotional burden can accumulate, triggering or exacerbating the depressive condition in adolescents. It is crucial for parents to adopt effective communication patterns with their adolescents, allowing them to open up and minimizing the occurrence of depression in teenagers.

Keywords: *Pola Komunikasi Orang Tua, Remaja, Depresi*

(*) Corresponding Author: 19043010175@student.upnjatim.ac.id

How to Cite: Angelia, S. (2024). Pola Komunikasi Orang Tua Dengan Remaja Depresi Di Surabaya. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(18), 936-950. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13987224>

INTRODUCTION

Komunikasi merupakan elemen penting dalam kehidupan manusia. Setiap individu dalam kehidupannya membutuhkan komunikasi yang efektif dan tepat untuk memenuhi kebutuhan dasar dalam berinteraksi dengan orang lain. Komunikasi adalah suatu proses penyampaian pesan oleh seseorang kepada orang lain untuk memberi tahu atau untuk mengubah pendapat, sikap, atau perilaku baik langsung secara lisan, maupun tidak langsung melalui media (Arwani dalam Thoyibah, 2021). Tanpa komunikasi, manusia akan sulit untuk mengungkapkan perasaan, kebutuhan, dan pendapat mereka. Komunikasi yang baik dapat membantu individu untuk memahami satu sama lain, mengurangi konflik, membangun hubungan yang kuat, dan meningkatkan kualitas kehidupan. Oleh karena itu, komunikasi sangat penting dalam menjalin hubungan sosial yang sehat dan bermakna, tidak hanya dalam lingkungan kerja dan masyarakat tetapi juga dalam lingkungan keluarga.

Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat dan komunikasi adalah kunci utama dalam menjaga keharmonisan keluarga. Komunikasi yang efektif dalam keluarga dapat membantu anggota keluarga untuk memahami satu sama lain, membangun kepercayaan, memperkuat ikatan keluarga, dan memecahkan konflik. Komunikasi dalam keluarga dapat membantu dalam perkembangan sosial dan emosional anak. Dalam keluarga, anak-anak belajar bagaimana berinteraksi dengan orang lain dan memahami pentingnya komunikasi yang efektif dalam berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, dengan komunikasi yang efektif, orang tua dapat membangun hubungan yang positif dengan anak-anak mereka dan membantu anak-

anak mereka dalam mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang penting.

Orangtua berperan penting dalam pembentukan emosional anak karena orangtua adalah orang yang paling dekat dengan anak. Komunikasi yang terjalin antara orang tua dan anak dalam keluarga dapat membentuk nilai-nilai, sikap, dan perilaku anak, termasuk pola berpikir dan bertindak. Pola komunikasi orangtua terhadap anaknya dapat berupa ucapan dan tindakan dalam berkomunikasi, namun seringkali komunikasi yang terjalin antara orang tua dan anak tidak berjalan dengan baik dan efektif (Apriani, 2021).

Pola komunikasi yang kurang tepat dapat memberikan dampak buruk bagi anak, terlebih saat anak menginjak masa remaja. Remaja merupakan masa transisi yang sangat krusial dalam kehidupan seseorang, di mana mereka sedang mencari jati diri dan menentukan arah kehidupan yang akan diambil di masa depan. Menurut (Elizabeth, dalam Hidayat 2019), masa remaja adalah masa kritis identitas atau masalah identitas-ego remaja. Masa ini seringkali diwarnai dengan kebingungan, perubahan emosi yang drastis, dan tekanan sosial yang tinggi. Tekanan dan tuntutan dari orang tua, pendidikan, ekonomi dan hal lainnya dapat membawa dampak buruk pada kesehatan mental remaja. Remaja merupakan kelompok umur yang rentan mengalami depresi, sebab usia remaja adalah usia yang sensitive dimana pada masa ini terjadi perubahan (pubertas) pada tubuh dan pada masa ini mereka mulai mengenal berbagai masalah dalam hidup (Ramadhanti, 2020). Kebanyakan stress dan depresi yang dialami oleh remaja bersumber dari orang – orang terdekatnya, yaitu orang tua, guru, teman dekat, atau anggota keluarga lainnya (Mulyadi dalam Hamidah, 2012).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Febriani, dkk (2018) terhadap 94 remaja di SMK Negeri 2 Pekanbaru berusia 15 – 18 tahun dihasilkan bahwa ada hubungan pola asuh orang tua terhadap masalah mental emosional remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Rukmini (2019) yang dilakukan di Kelurahan Salo Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang, dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua yang tidak tepat dapat berdampak pada psikologis remaja seperti berperilaku agresif dan tidak percaya diri, kurang memiliki motivasi, takut berpendapat, dan egoisme. Ada pula penelitian yang telah dilakukan oleh Ramadhanti (2020) dengan metode literature review, dapat disimpulkan bahwa tipe pola asuh dapat mempengaruhi tingkat depresi pada remaja.

Depresi yang berkepanjangan dapat menyebabkan seseorang memiliki keinginan untuk bunuh diri. Menurut Beck (1967), remaja yang mengalami, depresi cukup merugikan, baik secara psikologis maupun sosial. Gangguan psikologis yang muncul adalah perasaan negatif terhadap diri sendiri, menurunnya minat sosial, kehilangan keterikatan dengan orang lain, menangis berkepanjangan, kurang aktif dalam merespon lingkungan, menyalahkan diri sendiri, harapan yang negatif, mengkritik diri sendiri, mempunyai citra diri negatif, menghindari dari aktivitas sosial, selera makan rendah, mengalami gangguan tidur, mudah lelah, mengalami halusinasi dan delusi, serta tidak memiliki kemauan untuk bertindak (Hamidah, 2012).

Berdasarkan Data Riskedas (Riset Kesehatan Dasar) 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala – gejala depresi dan kecemasan sebesar 6,2% pada usia Remaja (15-24 tahun). Selain itu

berdasarkan Sistem Registrasi Sampel yang dilakukan Badan Litbangkes tahun 2016, diperoleh data bunuh diri pertahun sebanyak 1.800 orang atau setiap hari ada 5 orang melakukan bunuh diri, serta 47,7% korban bunuh diri adalah pada usia 10-39 tahun yang merupakan usia anak remaja dan usia produktif. Menurut Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey 2022, sebanyak 15,5 juta atau sebesar 34,9% remaja mengalami masalah mental dan 2,45 juta atau sebesar 5,5% remaja mengalami gangguan mental. Dari jumlah tersebut, baru 2,6% yang mengakses layanan konseling baik emosi maupun perilaku (Nababan, 2023. Kompas.id). Indonesia – National Adolescent Mental Health (I-NAMHS) juga mengidentifikasi faktor risiko dan pelindung yang berhubungan dengan gangguan mental remaja seperti perundungan, sekolah dan pendidikan, hubungan teman sebaya, hubungan keluarga, perilaku seks, penggunaan zat, dan pengalaman masa kecil yang traumatis (Gloria, 2022. Ugm.ac.id). Selain itu, banyak penelitian yang menyimpulkan bahwa orang – orang yang rentan terkena depresi adalah Generasi Z. Generasi Z merupakan mereka yang lahir antara tahun 1997 – 2012 dan saat ini diperkirakan berusia 11 – 26 tahun. Pada tahun 2018, American Psychological Association (APA) melakukan penelitian berjudul “Stress in America: Generation Z”, dimana anak muda yang berusia 15 sampai 21 tahun adalah kelompok manusia dengan kondisi kesehatan mental terburuk dibandingkan dengan generasi – generasi lainnya, mereka adalah generasi Z (Haryadi dalam Ardilla, 2020).

Komunikasi yang baik antara orang tua dan anak remaja menjadi hal yang sangat penting dalam membantu mereka mengatasi permasalahan yang dihadapi, memperoleh pemahaman yang benar tentang diri sendiri, serta membentuk pola pikir dan perilaku yang sehat dan positif untuk masa depan mereka. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk dapat membangun pola komunikasi yang terbuka, efektif, dan saling menghargai dengan anak mereka.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti pola komunikasi yang digunakan oleh orang tua kepada anak remaja yang memiliki permasalahan pada kesehatan mental depresi. Peneliti menggunakan teori Baumrind yang dikemukakan oleh Diana Baumrin, untuk menjelaskan pola komunikasi yang diterapkan orang tua dengan remaja depresi.

METHODS

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Menurut Sugiyono 2016 (dalam Utami, dkk 2021) Penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti kondisi objek yang alamiah (keadaan yang sebenarnya dan tidak di setting) dimana peneliti sebagai instrument kunci. Objek dalam penelitian ini adalah pola komunikasi orang tua dengan depresi pada remaja. Pemilihan informan menggunakan purposive sampling dengan kriteria orang tua dan anak remaja perempuan atau laki-laki berusia 15-24 tahun yang berdomisili di Surabaya dan pernah atau sedang mengalami depresi. Berdasarkan penelitian yang berjudul “Depression screening in Surabaya Indonesia: Urgent need for better mental health care for high-risk communities and suicide prevention for men” bahwa dari 1.104 partisipan, sebanyak 105 partisipan dinyatakan positif menderita depresi atau sekitar 9,5% dari total partisipan. Selain itu, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa Surabaya menghadapi tantangan

kesehatan mental yang lebih besar dibandingkan dengan wilayah lain di Jawa Timur, Indonesia dan Dunia (Maramis, 2020).

Data akan dikumpulkan melalui In-depth Interview atau wawancara mendalam dan kemudian dilakukan analisis data dengan teknik deskriptif atau lebih spesifik menggunakan metode interaktif. Model analisis data yang digunakan peneliti adalah model interaktif Miles, Huberman dan Saldana (2014: 12-14) dalam (Wanto, 2017). Adapun komponen dalam analisis data Miles, Huberman, dan Saldana (2014: 12-13) yang terdiri dari kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

RESULTS & DISCUSSION

Results

Intensitas Komunikasi Antara Orang Tua dengan Remaja Depresi

Informan 1, Ibu EP, orang tua dari OA “Juarang mbak, paling berapa menit aja 10 sampai 15 menitan mungkin, soalnya ya gitu anaknya kalau gak ditanyain ya diem-diem aja gak ada omongan.”

“Kalau sama bapak e malah juarang mbak, kalau dia itu ngomongnya lebih ke saya, kalau sama bapak e lebih menutup diri”

Informan mengatakan bahwa komunikasi yang berlangsung dengan anak remajanya tidak begitu sering dan jika diperkirakan setiap harinya hanya berlangsung sekitar 10 hingga 15 menit saja. Informan juga mengatakan bahwa anak remajanya pun juga tidak sering berkomunikasi dengan ayahnya.

“Lebih seringnya malem mbak, soalnya kan saya kerja juga jadi ada waktu sering e malem.”

Informan juga mengatakan bahwa komunikasi biasanya berlangsung pada malam hari karena informan juga bekerja, sehingga malam hari merupakan waktu luang bagi informan dan anak remajanya untuk berkomunikasi

Informan 2, OA “Juarang kak kalau aku, kalau ada perlu aja biasanya, bisa dibilang kalau gak akrab kak, setengah jam-an mungkin ya kak.”

Informan mengatakan bahwa dirinya tidak sering berkomunikasi kedua orang tuanya, dan hanya berkomunikasi apabila ada hal yang dirasa perlu untuk dikomunikasikan.

Informan 3, Ibu L, orang tua dari JA “Kalau buat ngobrol-ngobrol tante sih ya lumayan sering, tapi ya gitu biasanya malem aja, soalnya tante kan juga kerja, terus anak-anak ini juga udah gede-gede kadang ya pergi main, kadang ada kegiatan di kampus jadi ya bisa sering ngobrolnya malem. Gak mesti sheb, tapi lumayan juga ada satu dua tiga jam”

Berbeda dengan informan sebelumnya, informan 3 mengatakan bahwa lebih sering berkomunikasi dengan anak remajanya. Waktu untuk berkomunikasi tidak menentu setiap harinya, komunikasi bisa berjalan kira-kira 1 hingga 3 jam. Komunikasi berlangsung pada malam hari dikarenakan informan juga bekerja dan dikarenakan anak yang sudah berusia remaja juga terkadang memiliki kesibukan sendiri jadi komunikasi baru bisa berlangsung pada malam hari.

Informan 4, JA “Kalau durasinya gak tentu sih, kadang-kadang setengah jam, kadang bisa sampai 2 jam 3 jam. Tapi ngobrolnya tuh bukan cuma aku aja, tapi campur-campur juga sama keluarga ku yang lain kayak sama adek ku sama ayah ku gitu.”

Informan mengatakan bahwa komunikasi yang berlangsung dengan orang tua setiap harinya berbeda-beda, bisa setengah jam bahkan bisa sampai 2 hingga 3 jam. Komunikasi yang berlangsung bukan hanya berdua saja, melainkan Bersama dengan adek dan juga ayahnya.

“Kalau ngobrolnya sih seringnya malem, soalnya orang tua ku sama-sama sibuk kerjadi jadi baru ketemunya malem hari.”

Informan mengatakan bahwa komunikasi biasanya berlangsung pada malam hari, dikarenakan kedua orang tua yang sama-sama sibuk bekerja sehingga waktu untuk bertemu dan berkomunikasi adalah malam hari.

Informan 5, Ibu L, orang tua dari H “Ya kalau di rumah itu mbak, kalau sering ya pokoknya tiap hari pasti ada obrolan meskipun 10 menit 15 menit, gak mungkin seharian diem aja.”

“Seringkali malem mbak, soalnya kalau pagi H berangkat ke kampus atau misal ada acara, suami saya juga pagi berangkat jualan, jadi malem kan kayak udah santai.”

Informan mengatakan bahwa setiap hari pasti ada komunikasi dengan anak remajanya. Komunikasi berlangsung pada malam hari sekitar 10 hingga 15 menit, komunikasi berlangsung pada malam hari dikarenakan malam hari adalah waktu untuk bersantai.

Informan 6, H “Ngobrol ya, emm...paling cuma sekali sehari gitu. Emm...paling gak sampai lima belas menit.”

Informan mengatakan bahwa berkomunikasi dengan ortu hanya satu kali dalam sehari dan biasanya berlangsung kurang dari lima belas menit.

Keterbukaan Remaja ke Orang Tua

Informan 2, OA “Jujur aku jarang terbuka ke orang tua. Kurang nyaman aja buat terbuka soal semuanya, kecuali yang penting-penting aja gitu. Kalau aku sih jarang bahas sesuatu yang receh ke ayah atau ibu. Biasanya yang penting-penting aja yang diobrolin. Ya yang basic-basic aja kak, kayak misalkan makan apa hari ini, progress skripsi, terus kalau misalkan aku lagi sakit, gitu-gitu aja sih kak.”

Informan mengatakan bahwa dirinya tidak bisa terbuka kepada kedua orang tuanya karena merasa kurang nyaman. Informan mengatakan hanya berkomunikasi dengan orang tua sebatas hal-hal yang umum saja seperti mengenai makanan, studi, dan ketika merasa sedang sakit saja dan jarang untuk bercanda dengan orang tuanya.

Informan 4, JA “Kalau itu tergantung, kadang-kadang aku dulu, kadang-kadang ibu aku dulu karena tergantung sih kalau seumpamanya mau curhat-curhat ya aku dulu tapi kadang-kadang juga kalau masalah tanya pendidikan, tanya apa yang kamu rasain, apa kesibukan-kesibukan kamu gimana itu kadang-kadang juga ibu ku dulu yang tanya gitu terus ya aku cerita.”

“Kalau ini sih agak kebelah-belah ya. Kadang aku ngerasa nyaman, karena ada beberapa hal yang kayak menurut aku yang kalau seumpama aku bingung nih aku bisa nanya dan nemu jawabannya dari orang tua ku. Cuman kadang-kadang ada beberapa hal yang gak aku sampaiin juga.”

Informan mengatakan yang memulai obrolan terlebih dahulu tergantung obrolan apa yang akan dibicarakan, apabila informan ingin bercerita maka informan akan memulai obrolan terlebih dahulu. Informan juga mau bercerita kepada orang tuanya apabila orang tuanya bertanya mengenai studi, pendidikan, kesibukan dan

perasaan informan. Informan juga menambahkan bahwa terkadang merasa nyaman ketika berkomunikasi dengan orang tua, namun informannya juga mengatakan bahwa tidak semua bisa di komunikasikan dengan orang tua.

Informan 6, H “Paling cuma ngobrol-ngobrol apa ya kayak kuliner gitu udah cuma itu aja, paling gak gitu aku cerita kayak ini lo ada ini kayak loker gitu kan ya, oh ada ini lo aku apply disini lo udah cuma itu aja,”

“Kadang-kadang, contohnya kayak misal gak berhasil mencapai sesuatu gitu lo jadi kayak aku lo gak bisa berhasil nyampai ini gini gini gini, terus cerita kayak orang ini lo kayak gini, terus penilaiannya kayak gini ya wes aku kayak ngerasa sedih gitu ae, cerita kayak sedih.”

“Kalau terbuka ya gak terlalu juga sih. Kalau mau ngomong apa yang aku gak srek gitu sama aturannya ortu ku takut aja seh kalau mau ngomong dari pada dimarahin jadi yawes diem aja.”

Informan mengatakan hal-hal yang sering dikomunikasikan seperti mengenai kuliner dan juga hal yang berhubungan dengan karir informan seperti adanya informasi lowongan pekerjaan dan ketika informan mendaftar kerja. Informan juga mengatakan bahwa informan bisa terbuka kepada orang tuanya mengenai perasaannya ketika sedih, seperti tidak dapat mencapai apa yang diinginkan atau ketika ada orang yang membuat informan merasa sedih. Namun, informan juga menambahkan bahwa ada hal yang informan tidak bisa katakan kepada orang tuanya yaitu terkait apa yang informan rasakan atas peraturan yang diberikan oleh orang tua. Informan mengatakan lebih baik tidak dibicarakan dari pada membuat orang tuanya marah.

Sikap Empati Orang Tua Kepada Anak Remaja

Empati mencakup kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan dan pengalaman orang lain. Dalam konteks komunikasi orang tua dan anak, empati digunakan untuk melihat sejauh mana orang tua menunjukkan empati terhadap perasaan dan pengalaman anak remaja.

Informan 2, OA “mereka tuh judgemental kak, dan dari kecil kalau cerita apa-apa gak pernah ditanggepin se-serius apapun”.

Informan 2 mengatakan bahwa sedari kecil dirinya tidak pernah didengarkan oleh orang tua ketika ingin menceritakan apa yang dirasakan. Informan mengatakan bahwa orang tua tidak memberikan respon dan bersikap cuek ketika informan menceritakan perasaannya.

Informan 1, Ibu EP, “Oh iya mbak waktu dulu itu pernah kan dia sakit gitu terus saya antar ke rumah sakit sama bapaknya, kalau gak salah dulu itu saya bawa itu ke UGD terus kok kata dokternya disuruh ke psikiater saya bingung awalnya kok sakit dibawa ke psikiater. Waktu periksa terus keluar hasilnya ternyata ada masalah mbak kalau gak salah depresi atau apa gitu. Nah, dari situ akhirnya dia bilang ke saya sama bapaknya yang dirasain selama ini itu apa.”

“Ya kalau di inget-inget ya sepertinya belum bisa mendengarkan dengan baik, tapi gak sadar gitu mbak shebrina kayaknya misal saya sibuk atau apa gitu, misal denger gitu denger cuma karna fokusnya terbagi sama kesibukan lain jadi gak saya tanggepin. Waktu itu saya sudah minta maaf ke O, nah tapi sekarang anaknya yang diem kalau gak ditanyai dulu.”

Informan 1 mengatakan, bahwa dirinya masih belum bisa mendengarkan anak dengan baik ketika anak menceritakan perasaannya karena sedang sibuk dan

sedang fokus ke hal lain sehingga informan tidak memberikan tanggapan atas cerita anaknya. Selain itu,

Informan 4, JA “Kalau pas itu yang aku rasain itu e..ini aku udah curhat ke mereka cuman apa yang aku dapatin dari curhat itu gak sesuai dan kadang-kadang omongan ku juga gak didengerin dan akhirnya karena pendapatnya menurut aku gak sesuai sama yang aku mau dan malah memojokkan aku, aku lebih ke pendem sendiri ke pendem sendiri ke pendem sendiri sampai akhirnya kayak ya kayak ada depresi gitu dan itu sampai akhirnya lumayan berlebih sih dan sampai akhirnya aku memutuskan untuk ke yang professional gitu.”

“Kadang-kadang kan aku curhat kan ya sebagai anak pertama pasti tuntutananya banyak to, kan lumayan banyak banget tuntutan anak pertama Perempuan lagi dan jarak ku sama adek ku kan juga lumayan dekat cuma 1 tahun jadi dibuat perbandingan dari aku sama adek, terus harus bener-bener nyontohin dan itu apa Namanya e..mungkin itu juga masa peralihan aku dari SMA ke Kuliah jadi ada kayak kerasa banget gitu loh.”

Informan 4 merasa bahwa ada cerita yang dapat diterima oleh orang tua dan orang tua bisa memberika saran, namun ada beberapa hal yang informan katakan bahwa ketika informan bercerita tentang apa yang dirasakan tanggapan orang tua tidak sesuai dengan yang informan harapkan dan justru memojokkan informan. Informan juga mengatakan bahwa dirinya sering dibanding-bandingkan dengan adiknya dalam segi kemampuan akademik.

Informan 3, Ibu L “Jadi dia ini kan anak pertama ya sheb, jadi pikir tante dulu kayak dia kan punya adek ya harus bisa jadi contoh ke adeknya apapun itu, misal ada salah-salah atau misal gak sesuai sama maunya om tante ya tak marahin. Terus kadang orang tua ini kan gak sadar misalkan ngomong kok kamu gini kok gak kayak adek mu kok gak kayak kakak mu, ya kalau dibilang kayak bandingin gitu. Tente om kan kadang ya reflek bilang gitu, ternyata bikin dia ngerasa dibandingin sama adeknya. Sekarang misal ada yang gak sesuai sama maunya tante ya tak nasehati bukan tak marahi, sama tak kasih tau kenapa kok gak tak bolehin ini itu jadi biar anaknya bisa tahu dan bisa mikir sendiri yang penting udah tak kasih tau baik buruknya gimana. Pokoknya waktu itu J bilang kalau ya dia ngerasa tertekan”

“Ya tak dengerin sheb, kalau bisa ngasih saran atau solusi yang dikasih.”

Informan 3 mengatakan bahwa mau mendengar dan memberikan saran jika anak remajanya menceritakan apa yang dirasakan. Namun, informan 3 mengatakan bahwa terkadang membandingkan JA dengan adik JA, namun hal itu terjadi tanpa disengaja dan merupakan reflek orang tua.

Informan 6, H “Respon ortu ku oalah ya kayak biasa aja kayak gak terlalu di anu seh kayak gak terlalu di seriusin kayak ya wes lah biarin gitu ae cuma gitu aja seh.”

Informan 6 mengatakan bahwa ketika informan bercerita tentang perasaannya dan apa yang sedang dirasakan, orang tua mau mendengarkan namun orang tua tidak menganggap hal itu serius dan memberikan respon dengan menyuruh informan mengabaikan saja.

Informan 5, Ibu S “Ya kalau cerita tak dengerin ya misal minta pendapat atau apa gitu ya tak kasih pendapat.”

Informan 5 mengatakan, bahwa mau untuk mendengarkan cerita dari anak remajanya, dan jika anak meminta saran dan pendapat, informan juga akan memberikan pendapatnya.

Pemberian Peraturan Oleh Orang Tua Kepada Anak Remaja

Adanya peraturan dalam keluarga merupakan hal yang penting agar tercipta struktur yang jelas dan memberikan batasan-batasan yang jelas. Peraturan dalam keluarga dapat menjadi fondasi yang membangun disiplin, tanggung jawab, dan norma-norma dalam kehidupan sehari-hari. Dengan adanya batasan yang ditetapkan, setiap anggota keluarga dapat dengan lebih mudah memahami peran dan tanggung jawab masing-masing, menciptakan lingkungan yang terorganisir dan mendukung perkembangan positif anggota keluarga, khususnya anak.

Informan 1, Ibu EP “Ada mbak ada. Kalau aturan itu paling seperti kalau main pulangnyanya jangan terlalu malam, ya terus ya harus bilang kalau mau keluar, keluar kemana terus sendirian atau sama temane, ya yang umum-umum gitu aja mbak gak boleh main jauh-jauh.”

“Ya kira-kira pokoknya jam 9 udah sampai rumah gitu mbak.”

Informan 1 mengatakan bahwa ada peraturan yang dibuat untuk anak-anaknya seperti pulang ke rumah maksimal jam 9 malam, dan tidak boleh pergi jauh-jauh, selain itu orang tua juga mengharuskan anak remajanya untuk izin terlebih dahulu hendak pergi kemana dan dengan siapa.

Informan 2, OA “Ada dong, keluar rumah pulang maksimal jam 9, main harus bilang kemana, harus jelas sama siapa, paling gak ibu ku harus kenal orangnya + tahu backgroundnya gimana.”

“Iya, strict banget pokoknya. Ditanya mau kemana, sama siapa, jam berapa, mau ngapain temanna gimana dan sebagainya, kalau pulang juga ditanyain gitu”

Informan 2 juga mengatakan bahwa ada peraturan yang ditetapkan oleh orang tua seperti ketika keluar rumah harus pulang maksimal jam 9, ketika akan main, informan diharuskan untuk bilang terlebih dahulu akan kemana, dan sama siapa, informan juga mengatakan bahwa orang tua harus mengenal temannya terlebih dahulu dan mengetahui background temannya yang akan main bersama dirinya.

Informan 3, Ibu L “Oh kemarin tante baru bilang itu aja ya hehehe, ada lagi sheb ya itu kan gak boleh pergi jauh-jauh, pulangnyanya juga gak boleh malem-malem, kalau hari sabtu sama minggu gak dibolehin main sama sekali.”

“Jam 7 harus di rumah sheb, jadi setelah maghrib kalau mau ijin main gak boleh, ya keluar main paling sore gitu terus pulangnyanya jam 7 udah harus di rumah.”

Informan 3 mengatakan, bahwa informan dan suami juga memiliki peraturan untuk anak-anaknya, peraturan tersebut meliputi anak remajanya tidak boleh main jauh, ketika pergi jam 7 malam harus sudah pulang. Selain itu, hari sabtu dan minggu, anak remajanya tidak boleh pergi main dengan teman.

Informan 4, JA “Kalau peraturan sih banyak, cuma kalau yang apa namanya yang pertama itu peraturannya itu kita jam kalau pergi, pergi dari sore kayak jam 4 apa jam 5 gitu jam 7 udah harus balik paling mentok kayak gitu, itu mau gak mau jam 7 itu udah harus sampai rumah kayak gitu. Udah gitu setiap sabtu minggu itu kitagak boleh keluar sama temen, harus keluar sama keluarga. Sebenarnya kalau yang sabtu minggu harus sama keluarga gak boleh sama temen itu sampai sekarang masih nerapin Cuma gak terlalu banget karena keluarga ku sekarang kan aku sama

adek ku juga udah gede-gede jadi ada kayak waktunya masing-masing gitu lo ada kebutuhan eh kesibukan masing-masing jadinya ya itu sih itu sih apa namanya tergantung kita ngomong dari jauh-jauh hari kayak git. Kalau aku sih itu sih, udah gitu kalau seumpamanya kayak habis pulang sekolah itu harus langsung apa pulang sekolah atau pulang kuliah itu harus langsung pulang.”

Informan 4 mengatakan bahwa ada peraturan yang dibuat oleh orang tua seperti jika informan pergi main dari sore harus sudah pulang ke rumah maksimal jam 7, dan mau atau tidak mau informan harus sampai rumah jam 7. Informan juga mengatakan bahwa hari sabtu dan minggu orang tua melarang informan dan adiknya untuk keluar dengan teman, karena hari tersebut adalah hari keluarga dan harus keluar dengan keluarga.

Informan mengatakan saat ini orang tua memberikan sedikit kelonggaran kepada anak remajanya karena orang tua merasa kalau informan dan adiknya sekarang sudah besar.

Informan 5, Ibu S “Oh iya jelas ada mbak, kalau udah malem harus sudah di rumah terus main jauh juga gak tak bolehin.”

“Ya jam 8 atau set 9 udah di rumah mbak, jadi kalau dia baru mau keluar habis maghrib udah gak tak bolehin.”

Informan 5 mengatakan bahwa ada peraturan yang diterapkan untuk anak remajanya yaitu anak remajanya harus sudah di rumah jam 8 atau set 9.

Informan 6, H “Gara-gara kayak apa yang aku inginin tuh kayak gak disetujui gitu loh sama ortu nah dan apa-apa itu dilarang kayak maksudnya kayak pas umur ku belum cukup gitu lo kayak aku belum dianggep cukup umur gitu lo ya wes kan apa-apa dilarang. Lah aku tuh bandingin sama temen-temen ku, kok temen-temen ku boleh ndek sini aku kok gak boleh ndek situ, temen-temen ku kok boleh main sampai malem lah kok sedangkan aku belum boleh gitu seh awalnya itu.”

Informan 6 mengatakan bahwa orang tua sering melarang informan pergi main ke suatu tempat dan melarang informan untuk main sampai malam.

Respon Orang Tua Ketika Anak Melanggar Peraturan Keluarga

Respon orang tua ketika anak melanggar peraturan dalam keluarga memainkan peran yang sangat penting dalam membentuk pembelajaran dan pertanggungjawaban. Dengan memberikan respon yang tepat, orang tua dapat membimbing anak untuk memahami dampak dari pelanggaran tersebut, dan mengajarkan nilai-nilai moral.

Informan 2, OA “Dari kecil sering kena fisik kak. Tapi makin gede makin berontak kak. Pernah aku gak terima sampai di cakar sama ayah, bekasnya masih ada. Pernah gigi sampai copot juga kak.”

“Jelas, dan dimarahin.”

Informan 2 mengatakan bahwa informan pernah dimarahi dan dihukum secara fisik oleh orang tua nya ketika tidak mengikuti apa yang orang tua inginkan.

Informan 1, Ibu EP “Dulu itu kalau marah sama anak-anak ngomongnya kayak nada tinggi terus banter gitu, pernah juga sampai main tangan mbak, saya juga pernah mbak tapi waktu dia kecil gitu kalau bandel, dulu saya belum tau kalau itu bisa dibawa ke O sampai sekarang. Tapi kalau sekarang setelah tau masalahnya O saya sama bapaknya kalau marah gak sekeras dulu mbak, takut O sakit lagi mbak jadi ya sekarang marah e lebih kalem, tak nasehati aja gitu, lebih bisa nurutin mau nya anaknya mbak selagi bukan hal yang aneh-aneh. “

“Ya gitu mbak misalkan anaknya gak nurut misalkan udah dibilang sekali gak boleh tapi tetep ngeyel.”

“Ya kayak pengen ngelakuin apa yang dia pengen mbak, nah bapak e ini kan gak bisa gitu, kalau misal gak boleh a ya gak boleh wes gak bisa diganggu.”

Informan 1 mengatakan, bahwa suami pernah memarahi anak dengan cara membentak dan main tangan atau menghukum secara fisik ketika anak tidak menurutinya. Informan juga mengatakan bahwa ketika suaminya memberikan peraturan maka hal itu harus diikuti dan tidak bisa diganggu.

Informan 4, JA “Kalau dulu itu dimarahin udah gitu gak dikasih alasan plus di diemin sih.”

“Ya dulu tuh aku sempet kalau gak salah pas kuliah kan aku kuliahnya tuh siang, pagi apa siang gitu, udah gitu ada inagurasi Latihan inagurasi jam 10 tuh baru selesai nah setelah itu aku dimarahin karena gak boleh kan, harus jam 7 udah sampek rumah paling mentok gitu.”

“Kalau yang inagurasi itu Pas itu aku dimarahin seh kayak dibentak gitu kayak dibilang jam berapa ini baru pulang (dengan nada bentak) kayak gitu, udah gitu didiemin seharian kalau gak salah seinget ku ya udah gitu ya selesai, cuma ya kayak agak ketakutan gitu lo karena telat udah gitu dimarahin kayak gitu.”

Informan 4 mengatakan bahwa orang tua memarahi dan membentak informan ketika informan melanggar peraturan yang telah dibuat oleh orang tua seperti pulang lebih dari jam 7 meskipun saat itu sedang gada Latihan untuk acara di kampus.

Informan 3, Ibu L “Ya biasanya tak marahin sheb, kan kayak udah tau gak boleh ini itu tapi kok malah gak nurut.”

Informan 3 mengatakan akan memarahi anak remajanya jika melanggar peraturan yang telah ditetapkan di keluarga.

Informan 6, H “Pasti sih, soalnya dulu pernah dimarahin pas ngelanggar.”

Informan 6 mengatakan bahwa orang tua pernah memarahinya saat dirinya melanggar aturan yang dibuat oleh orang tua.

Informan 5, Ibu S “Ya iya mbak, orang tua marah itu ya wajar kalau anaknya ngelanggar aturan, itu tandanya orang tua masih sayang, kalau sudah diumbar itu baru.”

Informan 5 mengatakan bahwa orang tua marah kepada anak ketika anak melanggar aturan orang tua adalah hal yang wajar yang berarti orang tua masih sayang dan peduli kepada anaknya.

Keterlibatan Anak dalam Penentuan Keputusan

Pentingnya keterlibatan anak dalam penentuan keputusan dalam keluarga terletak pada upaya menciptakan lingkungan yang demokratis dan penuh partisipasi, di mana pandangan serta aspirasi anak dihargai dan diakui.

Informan 2, OA “Sering, tetap dimarahin katanya aku ini masih kecil belum paham, gak tau dieman, seolah-olah aku masih kecil, dari aku kecil sampai remaja. Akhirnya sampai sekarang ya gak berani ambil Keputusan, gak berani ambil risiko, gak berani tantangan, gak berani main jauh. Males interaksi sama orang, main-main sama teman, soalnya udah terlanjur kebiasaan dari dulu itu dilarang-larang.”

Informan 2 mengatakan bahwa ketika dirinya mengatakan ketidaksetujuan atas peraturan orang tua, orang tua tidak dapat menerima dan memarahi informan serta menganggap informan belum paham maksud orang tua. Menurut

informan, orang tua nya masih menganggap dirinya seolah-olah masih sebagai anak kecil.

Informan 1, Ibu EP “Gak bisa mbak apa lagi kalau sama bapak e wes gak ada nego-nego an.”

Informan 1 mengatakan bahwa anak remajanya tidak ada kesempatan untuk bernego ketika memiliki perbedaan pendapat dengan ayahnya.

Informan 4, JA “Kalau itu itu kadang-kadang iya kadang-kadang gak, cuma lebih banyak kayak udah paten pokoknya jam 7 pulang ya jam 7 gak boleh ada alasan lain gitu lo, cuma biasanya tuh mereka tuh kalau lagi mood nya lagi oke atau lagi mau diajak diskusi gitu ditanya kayak gitu tuh ngomong ya kan waktu mu sama keluarga kapan kayak gitu kan, kalau bisa ya jam 7 lah paling mentok udah pulang karena kan bapak ibu ku tuh jam 6 itu udah di rumah kayak gitu lo, biar ada waktu sama keluarganya gitu.”

“Iya kayak gitu, jadi kalau udah aturannya udah satu paket yaitu pokoknya A ya A, B ya B gitu lo gak bisa berubah-ubah.”

Informan 4 mengatakan bahwa aturan yang udah ditetapkan sudah paten dan orang tua tidak mau menerima alasan apapun. Informan juga mengatakan, bahwa terkadang orang tua juga menjelaskan mengapa jam 7 harus sudah di rumah yaitu karena orang tua ingin punya waktu dengan anak-anaknya. Tapi aturan tetap berjalan sesuai ketetapan orang tua, seperti yang dikatakan oleh informan jika peraturan A maka harus tetap A, jika peraturan B juga harus tetap B.

Informan 3, Ibu L “Dulu gak boleh sheb, wes pokoknya harus nurut aja sama aturan yang udah dibuat di rumah gitu.”

“Ya takut keterusan aja sheb, misal dibolehin nego terus besok gitu terus kan lama-lama aturannya ini gak diikuti.”

Informan 3 mengatakan bahwa tidak memberikan kesempatan untuk anak remajanya bernegosiasi terkait aturan yang dibuat informan dan suami. Informan khawatir apabila diperbolehkan untuk bernego justru akan berlanjut dan membuat peraturan tersebut semakin tidak dituruti.

Informan 6, H “Kalau mau ngomong apa yang aku gak srek gitu sama aturannya ortu ku, takut aja seh kalau mau ngomong dari pada dimarahin jadi yawes diem aja.”

Informan 6 mengatakan bahwa dirinya tidak berani untuk mengungkapkan ketidaksetujuannya atas peraturan yang dibuat orang tua karena takut jika orang tua marah, sehingga informan memilih untuk diam.

Informan 5, Ibu S “Sampe sekarang nggak pernah sih mbak kayaknya, soal e di rumah saya kalau aturannya itu yawes itu gak boleh dilanggar.”

“Ya bukan ketat mbak itu namanya disiplin aja, jadi kayak wong saya orang tua kamu anak, kamu tinggalnya ikut saya ya saya bikin aturan kamu harus nurut gak pakai protes.”

“Loh nggak perlu ditanyakan mbak kalau yang gitu, kalau ditanya terus jawabnya pasti iya wong anak muda jiwanya bebas belum tahu dunia ini bahaya, kita sebagai yang sudah tua kan yang lebih tahu, kita mikirnya kedepan biar nggak terjerumus ke jalan yang nggak bener dan menyesal nanti. Misal mau keluar ya dari sore mbak, kalau malem baru main ya pulange jam berapa malahan”

Informan 5 mengatakan bahwa tidak menerima alasan apapun dari anak remajanya terkait dengan aturan yang sudah dibuat oleh orang tua. Informan

mengatakan bahwa anak remajanya harus menuruti peraturan yang dibuat di rumah dikarenakan anak juga tinggal bersamanya jadi segala aturan di rumah harus diikuti.

Discussion

Berdasarkan analisis data yang telah dijelaskan sebelumnya, maka peneliti menggunakan teori yang ada pada bab II sebagai pendukung dalam menyusun pembahasan dari penelitian ini. Teori-teori tersebut dapat membantu peneliti untuk mengetahui pola komunikasi yang diterapkan orang tua kepada anak remaja mereka yang mengalami depresi.

Dalam bagian pembahasan, peneliti akan menjelaskan hasil analisis data yang berasal dari In-Depth Interview (Wawancara Mendalam) dengan enam informan yang terdiri dari tiga orang tua dan tiga orang anak yang mengalami depresi. Informan berasal dari latar belakang yang berbeda dan juga pengalaman yang berbeda, sehingga jawaban yang didapatkan juga beragam.

Para orang tua memegang peranan yang penting dalam interaksi dengan anak remaja. Penelitian ini menunjukkan adanya interaksi antara orang tua dan anak remaja, interaksi ini dapat disebut komunikasi interpersonal atau komunikasi antarpribadi. Komunikasi antarpribadi menjadi dasar penting dalam membentuk hubungan yang saling pengertian di antara individu. Komunikasi antarpribadi juga bertujuan untuk membentuk kepercayaan, meningkatkan koneksi emosional serta memperkuat kerjasama. Melalui komunikasi antarpribadi yang efisien, individu dapat menangani konflik secara lebih efektif, menciptakan hubungan yang saling percaya, rasa empati, dan saling terbuka antar individu.

Teori pola komunikasi orang tua dengan anak diperkenalkan oleh Diana Baumrind pertama kali pada tahun 1967. Teori Diana Baumrind ini bermaksud untuk memberikan pemahaman mengenai pola komunikasi antara orang tua dan anak, Teori ini dapat digunakan untuk mengetahui serta menganalisis pola komunikasi yang terapkan orang tua kepada anaknya dalam kehidupan sehari-hari. Terdapat empat macam pola komunikasi pada teori ini yaitu Pola Komunikasi Authoritarian (Otoriter), Pola Komunikasi Authoritative (Demokratis), Pola Komunikasi Permissive (Bebas), dan Pola Komunikasi Neglectful (Penelantaran).

Pola komunikasi dalam interaksi antara orang tua dan anak dapat diuraikan melalui empat jenis pola yang didefinisikan oleh Diana Baumrind, memberikan pemahaman mendalam terhadap variasi dalam dinamika komunikasi antara orang tua dengan anak. Teori ini menjadi relevan dan bermanfaat ketika digunakan untuk menganalisis pola komunikasi orang tua dengan remaja depresi.

Pola komunikasi authoritarian (otoriter) ditandai dengan dengan kontrol yang kuat dan penegakkan aturan yang ketat. Dalam pola komunikasi otoriter orang tua cenderung memberikan sedikit kesempatan atau tanpa kesempatan bagi anak untuk memberikan atau menyuarakan pendapatnya. Pola komunikasi authoritative (demokratis) adalah pola komunikasi yang memiliki keseimbangan antara batasan atau peraturan dan kedekatan emosional dengan anak. Dalam pola komunikasi demokratis, orang tua tetap memberikan peraturan namun juga memberikan penjelasan yang jelas dan rasional mengapa peraturan itu dibuat, orang tua juga memberikan kesempatan kepada anak untuk berpendapat dan saling mendengarkan.

Pola Komunikasi Permissive (Bebas) adalah pola komunikasi yang ditandai dengan kontrol orang tua yang sangat rendah, dan memberikan kebebasan yang lebih besar kepada anak untuk mengambil keputusan dan bertindak tanpa ada

batasan. Pola komunikasi neglectful (penelantaran) adalah pola komunikasi yang ditandai dengan kurangnya perhatian orang tua dan keterlibatan orang tua terhadap anak. Orang tua cenderung acuh terhadap kebutuhan emosional, fisik, dan sosial anak.

Peneliti menentukan pola komunikasi yang digunakan orang tua berdasarkan dari bagaimana orang tua melibatkan anak dalam menetapkan keputusan dan membuat peraturan, dan bagaimana cara orang tua merespon ketika anak melakukan kesalahan dan melanggar aturan yang dibuat oleh orang tua, dan bagaimana orang tua merespon ketika anak memberikan pendapat yang tidak sejalan dengan orang tua. Peneliti juga melihat seberapa besar kontrol yang diberikan orang tua kepada anak.

Dari wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan enam informan yang terdiri dari tiga orang tua dan tiga remaja depresi menghasilkan jawaban yang beragam dengan hasil bahwa pola komunikasi yang diterapkan oleh orang tua cenderung menggunakan pola komunikasi authoritarian (otoriter). Hal ini terlihat dari kontrol ketat yang diberikan oleh orang tua kepada anak remaja tanpa adanya penerimaan terhadap pendapat anak akan ketidaksetujuan atas peraturan yang ditetapkan oleh orang tua. Orang tua tidak melakukan diskusi dengan anak remajanya dalam menetapkan keputusan atau peraturan. Pasangan informan 1 dapat memberikan hukuman secara fisik kepada anak remaja jika anak remajanya melanggar aturan yang telah ditetapkan. Dari ketiga informan orang tua sama-sama memberikan peraturan yang wajib ditaati oleh anak remajanya, dan anak tidak diberikan kesempatan untuk bernegosiasi terkait dengan peraturan yang sudah ditetapkan orang tua. Jika anak melanggar aturan tersebut, orang tua akan marah.

Intensitas komunikasi antara orang tua dan anak merupakan hal yang penting dalam membentuk hubungan yang sehat dan memperkuat ikatan keluarga. Komunikasi yang intens dan terbuka memungkinkan orang tua dan anak saling memahami, mendukung, berbagi perasaan, dan menciptakan lingkungan dimana kepercayaan dan keterbukaan dapat tumbuh. Menurut Devito (2009) dalam Sari, F, dkk (2017) untuk mengukur intensitas komunikasi antar individu dapat ditinjau dengan beberapa aspek diantaranya, frekuensi dan durasi ketika berkomunikasi, perhatian yang diberikan saat berkomunikasi, keteraturan, dan isi komunikasi.

Dari hasil wawancara yang telah diperoleh peneliti menunjukkan bahwa ketiga pasang informan selalu menyisihkan waktunya untuk berkomunikasi. Masing-masing informan memberikan jawaban yang berbeda terkait durasi berkomunikasi sesuai dengan fakta yang dialami. Pasangan informan 1, berkomunikasi setiap harinya sekitar sepuluh menit hingga tiga puluh menit. Pasangan informan 2, berkomunikasi selama satu hingga tiga jam. Sedangkan pasangan informan 3 berkomunikasi dengan durasi kurang lebih lima belas menit setiap hari nya. Pasangan 1 dan 3 berkomunikasi dengan durasi yang cukup singkat bila dibandingkan dengan pasangan informan 2.

Pasangan informan 1 dan 3 berkomunikasi mengenai hal-hal yang umum saja seperti mengenai pendidikan, karir, dan kuliner. Sedangkan pasangan Informan 2 berkomunikasi mengenai hal apa saja meliputi pendidikan, karir, kuliner, perasaan, dan obrolan bercanda, dan lain sebagainya.

Informan 2,4,6 menunjukkan ketidakmampuan untuk terbuka kepada orang tua mengenai perasaan mereka terhadap aturan dan ketidaksetujuan mereka

terhadap pola komunikasi yang diterapkan oleh orang tua. Informan terlihat mengalami kendala dalam menyampaikan pandangan atau perasaan mereka secara langsung kepada orang tua, hal ini mencerminkan adanya hambatan dalam proses komunikasi keluarga yang memungkinkan terbentuknya lingkungan yang mendukung dialog terbuka dan saling pengertian.

Depresi pada remaja adalah kondisi psikologis yang serius yang dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional dan mental remaja. Depresi adalah gangguan mental yang umumnya ditandai dengan perasaan depresi, kehilangan minat atau kesenangan, penurunan energi, perasaan bersalah atau rendah diri, sulit tidur atau nafsu makan berkurang, perasaan kelelahan, dan kurang konsentrasi (Endriyani, dkk, 2022). Dalam penelitian ini depresi pada remaja terjadi karena anak remaja merasa tertekan dengan pola komunikasi yang diterapkan oleh orang tua, sehingga anak remaja tidak berani untuk terbuka kepada orang tua dan memilih untuk memendam perasaan tidak nyamannya.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data pada penelitian ini dengan melakukan wawancara kepada 6 informan yang terdiri dari 3 informan orang tua dan 3 informan remaja dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi yang diterapkan oleh orang tua terhadap remaja yang mengalami depresi cenderung bersifat authoritarian (otoriter). Pola komunikasi otoriter ini ditandai dengan penetapan aturan yang kuat dan ketat serta kurangnya ruang untuk komunikasi yang terbuka. Hal ini dapat berdampak negatif pada interaksi antara orang tua dan remaja, membatasi kesempatan bagi remaja untuk menyampaikan perasaan secara bebas. Pola komunikasi yang bersifat otoriter juga dapat menciptakan tekanan pada remaja.

Pola komunikasi otoriter yang dominan dalam hubungan antara orang tua dan remaja menekankan pentingnya adanya pemahaman yang lebih mendalam tentang dampak psikologis remaja. Perlu ditekankan bahwa komunikasi terbuka dan empati memiliki peran penting dalam membantu remaja untuk merasa didengar, dimengerti, dan didukung.

Depresi yang terjadi pada remaja dikarenakan kurangnya tempat yang aman untuk mengungkapkan perasaan mereka, sehingga mereka memilih untuk memendam sendiri permasalahan dan perasaannya dan seiring berjalannya waktu, beban emosional tersebut dapat menumpuk dan menciptakan kondisi yang memicu atau memperburuk depresi.

REFERENCES

- Apriani, D., Monang, S., Batubara, A. 2021. Pola Komunikasi Orang Tua Terhadap Konsep Diri Remaja. *Communication & SocialMedia*. 1(1), 13-18.
- Ardilla, S. 2020. *Generasi Z & SelfHealing dalam Karya Musik (Studi Analisis Resepsi Selfhealing Generasi Z dalam Album "Mantra-mantra" Oleh Kunto Aji)*. UPN Veteran Jawa Timur.
- Binus. 2022. *Kesehatan Mental Generasi Z dan Milenial Disebut yang Paling Lemah*. BinusUniversity.
<https://communication.binus.ac.id/2022/12/07/kesehatan-mental-generasi-z-dan-milenial-disebut-yang-paling-lemah/>. Diakses pada 19 Juli 2023.

- BKKBN. 2021. Peran Orang Tua dalam Pembinaan Remaja. BKKBN Kalimantan Tengah. <https://kalteng.bkkbn.go.id/?p=993>. Diakses pada 31 Juli 2023.
- Endriyani, S., dkk. 2022. Gangguan Mental Emosional dan Depresi pada Remaja. *Healthcare Nursing Journal*. 2(2), 429-434.
- Febriani, D., Elita, V., Utami, S. 2018. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Masalah Mental Emosional Remaja. *JOM FKp*. 5(2).
- Gloriobarus. 2022. Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental. Universitas Gadjah Mada. <https://ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental/>. Diakses pada 5 Juli 2023.
- Hamidah., Mahajudin, M. 2012. Identifikasi Kebutuhan Psikologis Remaja Dengan Gangguan Depresi di Surabaya. *Psikologika*. 17(2).
- Kinanti, A. 2022. Pola Komunikasi Orang Tua dan Anak Remaja Terkait Perilaku Mengonsumsi Minuman Beralkohol. UPN Veteran Jawa Timur.
- Maramis, M. 2020. Depression screening in Surabaya Indonesia: Urgent need for better mental health care for high-risk communities and suicide prevention for men. *International Journal of Social Psychiatry*. 1-11.
- Nababan, W. 2023. Cita – Cita Indonesia 2045 Terhalang Masalah Kesehatan Mental Remaja. *Kompas*. <https://www.kompas.id/baca/humaniora/2023/02/01/cita-cita-indonesia-2045-terhalang-masalah-kesehatan-mental-remaja>. Diakses pada 22
- Ramadhanti, A. 2020. Hubungan Antara Tipe Pola Asuh dan Depresi pada Remaja. *Jurnal JIMKI*. 8(2).
- Riskesdas. 2018. Hasil Utama Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rukmini, G. 2019. Dampak Pola Asuh Orang Tua yang Otoriter Terhadap Psikologis remaja Di Kelurahan Salo Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang. UIN Alauddin Makassar.
- Sari, F., Hasyim, A., Pitoewas, B. 2017. Pengaruh Intensitas Komunikasi Orang Tua Dan Anak terhadap Sosial Siswa. *Neliti Media Publications*. <https://media.neliti.com/media/publications/248631-none-ae637e47.pdf>.
- Utami, D., dkk. 2021. Iklim Organisasi Kelurahan Dalam Perspektif Ekologi. *Jurnal Inovasi Penelitian*. 1(12).
- Wanto, A. 2017. Strategi Pemerintah Kota Malang dalam Meningkatkan Kualitas Pelayanan Publik Berbasis Konsep Smart City. Universitas Brawijaya.